VISIT…

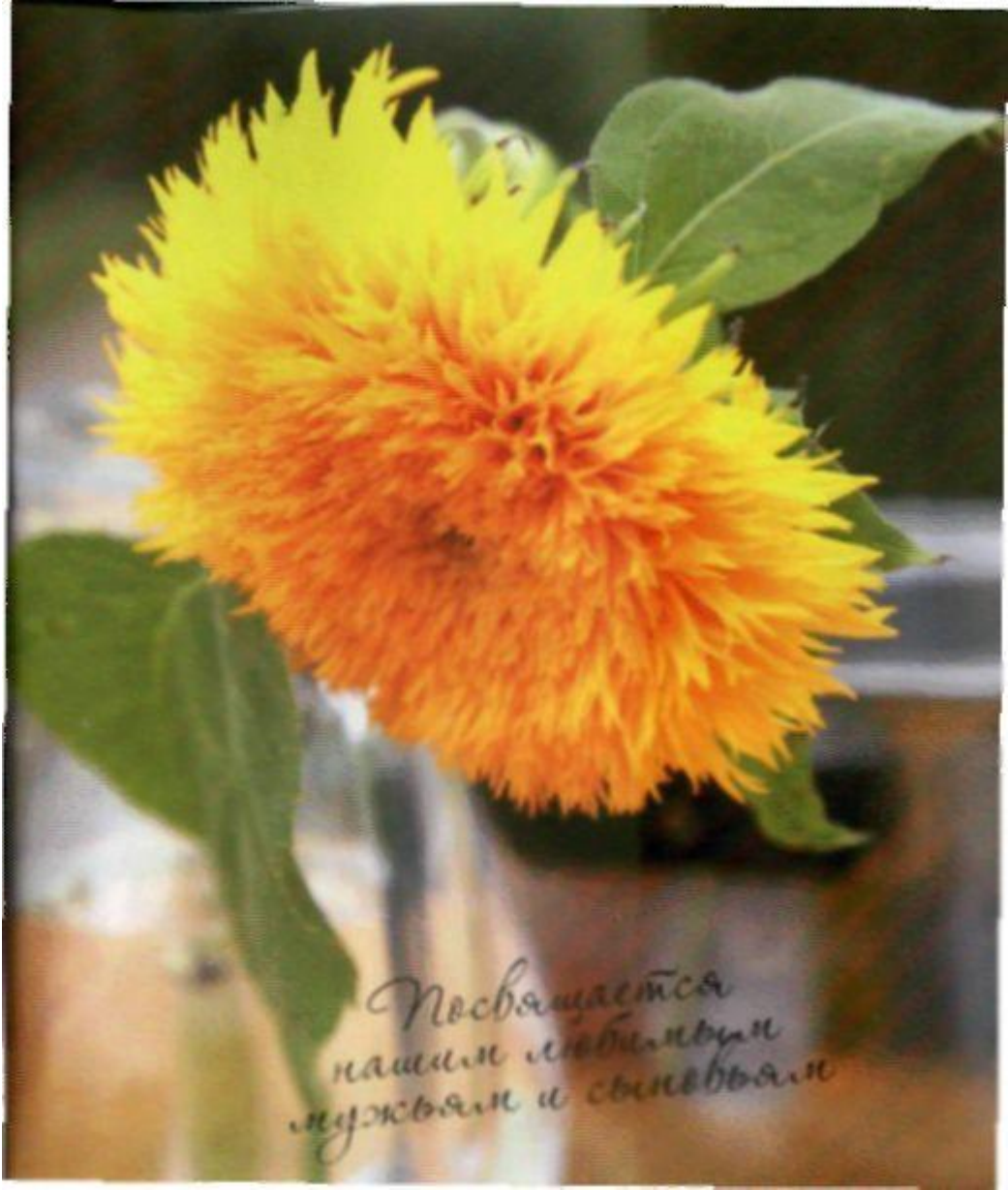
КАРТАТА ПОТАТА
Даша МАЛАХОВА
Таня СОРОКА
Кулинарный дневник
ТЕЛЕКАНАЛ
ІНТЕР
ПРЕДСТАВЛЯЕТ

Антошке,
Вкусной жизни и
очень сладкого будущего!!!

КАРТАТА ПОТАТА

Даша МАЛАХОВА
Таня СОРОКА

Кулинарный дневник


Посвящается
нашим любимым
мужьям и сыновьям

ББК 36.997
М 18

Дизайн обложки
Виталия Рубаненко, Юра Белый

Дизайн
Виталия Рубаненко

Автор фотографий

Редактор
Виктория Журавлева

Издательство «Махаон-Украина»
Свидетельство ДК № 141 от 08.08.2000 г.
04073, Киев, просп. Московский, 6.
Тел./факс: (044) 490-9901
E-mail: saleiamachaon.kiev.ua

Директор издательства
Олег Погребной

Верстка
Вадим Булзхов

Подписано в печатв 10.12.2007. Формат 84x100 '/„,
Бумага мелованай. Печать офсетная.
Усл. печати, лист. 23,25. Тира* 5000 экз. Зак. №

Отпечатано в Венгрии при участии фирмы « И н тер пресс»,
i nte гр res s@ i п lerp re ss.eu

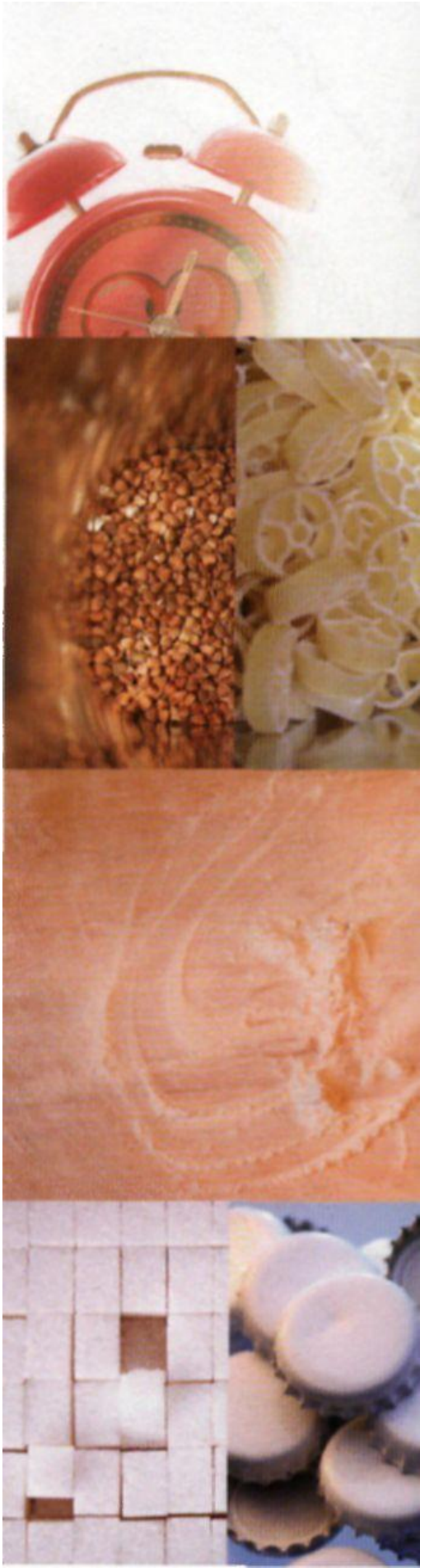
Все права защищены.

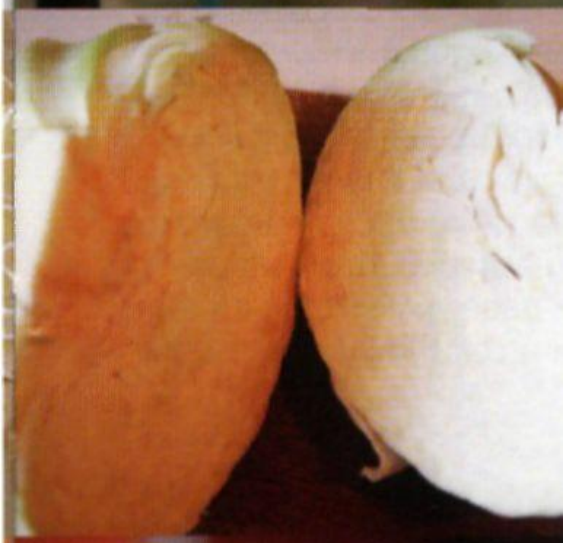
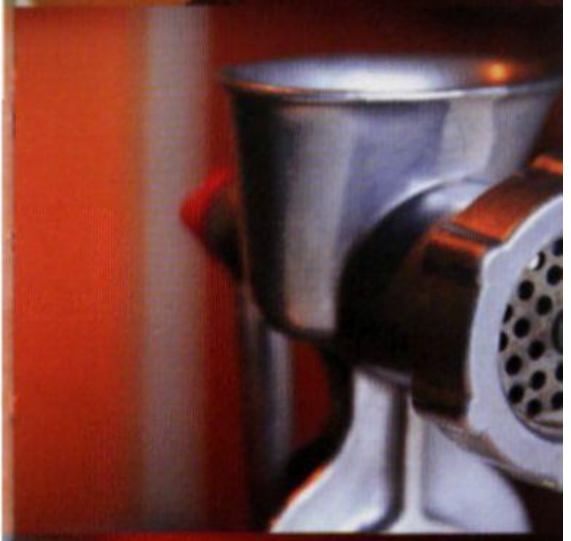
Малахова Д. В.
М18 Картата Потата: Кулинарный дневник Д. В. Малахова, Т. Л, Сорока. — К.: Махаон-Украина, 2008. — 240 С, ил.
ISBN 966-605-794-8.

ББК 36.997

ISBN 966-605-794-8

© Д.В. Малахова, Т.П. Сорока, 2008
• Кошту, фотографии, 2008
© Издательство «Махаон-Украина», 2008
Machaon •



СОДЕРЖАНИЕ

Вступление 6
Почему мы занимаемся кулинарией 9
Кулинарный авантюризм 12
Ты — то, что ты ешь 16
Инвентарь 18
Специи и травы 20

РЕЦЕПТЫ НА ПОТОМ 27
УТРО 31
МЯСО. ПТИЦА. ДИЧЬ 56
РЫБА 89
ЗАКУСКИ. САЛАТЫ 109
СУПЫ. СОУСЫ 133
ГАРНИРЫ 156
ТЕСТО 168
СЛАДКОЕ. НАПИТКИ 200

Гости 221
Путеводитель 222
Телекухня 225
«В мыле» 230
Заметки 232
Алфавитный указатель 236

ВСТУПЛЕНИЕ

Мы гордимся тем, чем мы занимаемся. Для нас книга всегда была мечтой и логическим продолжением видеодневника — воплощением наших взглядов, философии и умений. Только мы не делим их пополам, а умножаем любовь к кулинарии вдвое.

У каждой из нас своя кулинарная история, которая сформировала нас как создателей кулинарных проектов, успешных современных женщин, хозяек и хранительниц домашнего очага. И мы очень хотим, чтобы эта книга воспринималась как дневник, в котором ты не только можешь прочитать наши рецепты и истории, но и эписать свои не менее яркие страницы. Ее цель — твое знакомство с кулинарией и общение с ней на «ты», как с близким другом и союзником, благодаря которому ты будешь радовать и удивлять.

Когда мы представляли себе своих будущих читателей, мы видели совершенно разных людей: иногда это была молодая женщина с маленьким ребенком, иногда — ее мама, иногда — мужчина, ищущий для себя новое хобби. Но, безусловно, каждый из них любит готовить или хочет этому научиться.

ПОЧЕМУ МЫ ЗАНИМАЕМСЯ КУЛИНАРИЕЙ

Даша

Во-первых, писать в одиночку как-то очень непривычно. Шел по улице вдвоем с другом, рассуждая и философствуя о кулинарии, и... бац, а друг свернул за угол. А продолжать разговор нужно, чтобы не подумали, что сказать нечего. Потому что есть. Только вдвоем рассказывать веселее.

Человек, который на сегодняшний день готовит самую вкусную в мире еду, — мама. Нет, не подумай, что она выпекает шарлотки с яблоками и корицей и выдумывает салатики а-ля «мимоза». Она настоящий кулинар, который с закрытыми глазами может идеально посолить и поперчить (наверное, в ее маленьких ручках встроены весы, а в сердце находится такой прибор, который чувствует и понимает кулинарию). Не зная ни одного закона настоящего шеф-повара, к рыбе всегда добавляет белый перец.

Ее щи с грибами неизменно потрясающи вот уже 30 лет, а значит, если бы она стояла в ресторане, так сказать, «на процессе», то ни один гость не пожаловался бы на то, что «в прошлый раз было вкуснее».

И пока ты представляешь себеженщину-весы, вынуждена тебя разочаровать. Она кулинарный экстремал, авантюрист и даже террорист. Варить раков с помощью кипятильника в гостиничной ванной, солить помидоры в аквариуме, перевозить в советское время ананас за пазухой рейсом Мехико-Москва — на это способна только моя мама.

Сегодня она, как и я, можно сказать, на руководящей работе — а значит, в ее обязанности входит в точности передать рецепты приготовления своих творений.

Она просто моя муза. Женщина, личность, хозяйка, которая учит меня куховарить с достоинством с самого детства.

Таня

Если честно, мне трудно отвечать на подобные вопросы. Это все равно что пытаться ответить на вопрос, почему я люблю. Ведь главное — люблю ли. А вот почему?! И когда начинаешь объяснять, слова кажутся немного мелковатыми и неточными. Но мы договорились с Дашей об этом написать. Я попробую.,.

Для меня приготовить блюдо — это проявление авантюризма, сопротивление серости и однообразию. Ну скучно же из года в год делать одни и те же оливье и картофельное пюре! Мои родители и друзья не дадут соврать: часто я готовлю то, что вначале выглядит (и даже звучит) довольно подозрительно, но потом попробуй их оттащить за уши от стола.

Пользуясь случаем, признаюсь честно: некоторые блюда получались сомнительного качества (привет брату, который мне как-то посоветовал добавить в безе чайную ложку лимонной кислоты}. Но, к счастью, о неудачных экспериментах многие гости так и не догадались.

Кулинария — это виртуальное путешествие вокруг мира. Не зря говорят: если хочешь узнать народ поближе, попробуй его блюда. Ведь кухня — это отображение привычек, характера, культуры и истории каждого народа, которые сформировались в течение веков, а то и тысячелетий. И, познавая это, ты узнаешь больше о мире, в котором живешь.

А еще приготовление блюда имеет особое эмоциональное значение. Это значит не просто состряпать какую-то мешанину под названием «Идите жрать». Ведь, готовя для тебя, каждый человек тратит часть своей жизни, чтобы проявить внимание и заботу, подарить тепло, энергию и любовь.

Для меня также важно, кто, как и с каким настроением меня угощает. И обычный кофе, сваренный любимым человеком, может быть в миллион раз вкуснее самого изысканного напитка, который мне подал бы безликий официант в ресторане.

Только не думай, что мы с Дашей днем и ночью на наших кухнях совмещаем должности кухонного комбайна и посудомоечной машины. Иногда после работы, чего уж врать, отлично ужинается и вареной колбасой с хлебом.

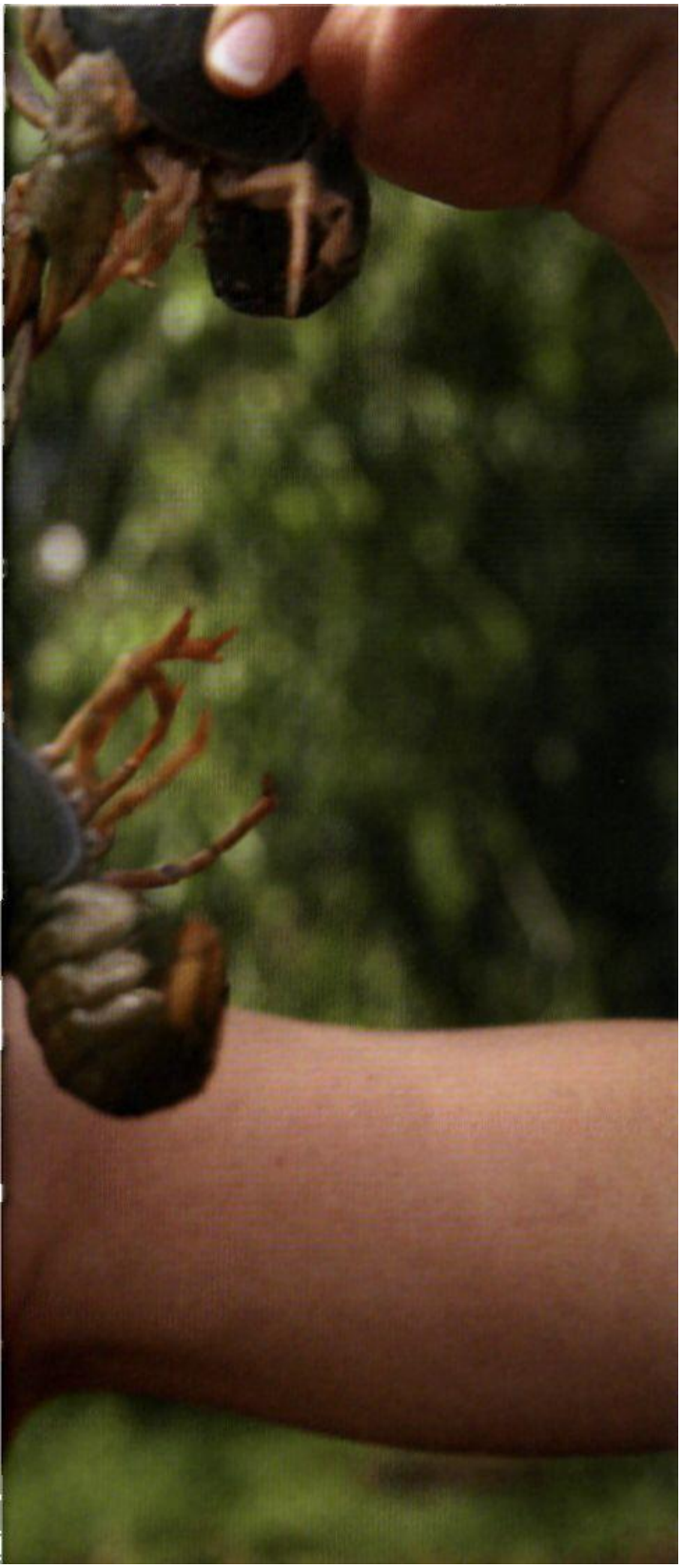
Наверное, я занимаюсь кулинарией *потому,* что очень люблю жизнь. А хорошее настроение для хорошей жизни поддерживается в том числе и вкусной едой.

КУЛИНАРНЫЙ АВАНТЮРИЗМ

Не волнуйся, в этой главе криминала не будет, хотя краденая клубника и яблоки из чужого сада на даче, безусловно, вкуснее. Но мы не об этом.

Наверняка у тебя в жизни не раз возникала дилемма, что приготовить и из чего. Если ответ на первый вопрос решается путем нахождения рецепта, то автоматически встает вопрос об ингредиентах. И если бы мы с тобой сидели за праздничным столом, сейчас было бы самое время поднять бокал «За совпадение возможностей и желаний». Но мы пишем этот дневник поздним осенним вечером у нас в студии, а ты вряд ли читаешь его на шумном застолье. Поэтому гораздо актуальнее символический аперитив «За свободу».

Во-первых, за свободу выбора названия рецепта. Не бойся макароны называть пастой, а овощной суп с вермишелью — минестроне, Если твои близкие (лингвисты-консерваторы) — ярые борцы за чистоту твоей речи, предложи им запеканку с мясом и *макаронами, а* на десерт — кофейный торт с творогом. Пусть они даже не догадываются, что присутствовали на классическом итальянском ужине, где угощали лазаньей и тирамису. И только после того как на тарелках не останется ни крошки, открой им секрет настоящих названий этих блюд.



Во-вторых, непосредственно за свободу выбора рецепта. Не думай, что, проживая в маленькой квартире с крохотной кухней, ты не можешь себе позволить приготовить домашний хлеб с клюквой и утку с сухофруктами. И подать их на небольшой столик в сопровождении гарнира с соусом бешамель. Можешь! Мы пробовали. Но стоит ли?

Выбирая рецепт, отнесись к нему, как к выбору партнера. Тебе должно быть с ним удобно, комфортно, и, самое главное, он должен тебе упрощать, а не усложнять жизнь.

Но мы очень рады, что хоть в кулинарии ты можешь гордиться своей полигамностью. А о выборе рецептов, подходящих твоему стилю жизни, читай на стр. 222 нашего дневника.

В-третьих, за свободу выбора ингредиентов. Для того, чтобы тебе проще было обращаться с рецептами, мы определенным образом систематизировали ингредиенты. «Главными» назвали те продукты, без которых будет сложно — хотя не факт, что невозможно — приготовить эти блюда (просто мы не пробовали). А вот с остальными продуктами, которые выступают на бэк-вокале, ты можешь обращаться вольно, заменяя их своими любимцами. В «фишках» ты найдешь шпаргалки, которые подскажут тебе, как изменить рецепт до неузнаваемости. Импровизируй. Дописывай свои страницы (стр. 232-235).

Конечно, название рецепта, сам рецепт и его составляющие, как ни крути, одно целое. Единственной переменной в отношениях с рецептами является только твоя степень авантюризма. Мы проверяли.

ТЫ — ТО, ЧТО ТЫ ЕШЬ

Фраза «встречают по одежке» в нашем дневнике звучит как «встречают по продуктовой корзинке». Дело в том, что в этой самой «корзинке» у разных людей встречаются самые разные продукты. И как стилист по внешнему виду человека может определить его предпочтения (не факт, что всегда объективно), мы догадываемся о быте, образе жизни и вкусах человека. Конечно же, бывают дни, когда даже самые заядлые модники позволяют себе расслабиться но при этом они никогда не будут выглядеть безвкусно.

Судя по предпочтениям гостей общепита, так же легко определить их вкусы. В ресторане с достойными меню и винной картой, где не приветствуются вредные привычки, можно встретить ценителя хорошей кухни, который именно этим пришел насладиться. Завсегдатаями паба с живой музыкой, шумными компаниями и «светоэффектами» зачастую оказываются стиляги, для которых мода, атмо-

и общение берут верх. Так же, как и мы, ты имеешь право с удовольствием находиться среди тех и других. Но, обратив внимание на размер скидки на карточке (особенно, если она накопительная) выбранного тобой заведения, ты можешь определить свою настоящую привязанность.

Но пока мы, умничая, расписывали нашу теорию, на практике все оказалось иначе. Уже во время написания этого дневника мы в очередной раз посетили супермаркет. И что мы увидели?! В корзинках рядовых покупателей находились продукты, неизведанные и неопознанные даже такими гуру, как мы. И это дает тебе право официально считать и нас начинающими стилягами.

В общем, мода и кулинария по своей сути очень похожи. Так же, как в моде, в кулинарии регулярно возникают свежие веяния, стили и тренды, ультрамодные тенденции устаревают, а ретро становится последним писком. Но все равно, как и законы моды, законы кулинарии существуют, и их никто не отменял.

В этом дневнике мы не хотим указывать на хорошее и плохое, чтобы не ограничивать твою фантазию. Просто предлагаем твоему вниманию рецепты, на которых мы воспитались как кулинарные стиляги,

ИНВЕНТАРЬ

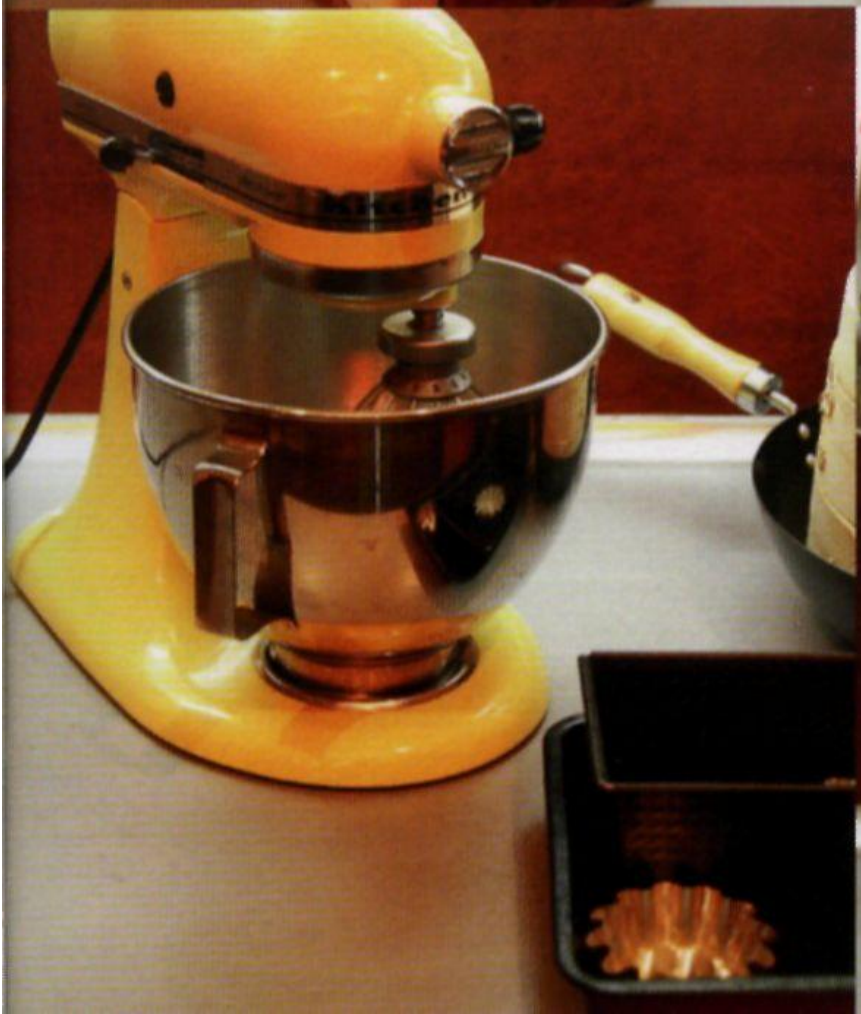
Побывав на кухне самых именитых поваров, мы не заметили особых фантастических устройств для приготовления кулинарных шедевров. Ведь практически любой замысловатый предмет можно заменить простым механическим действием. Если нет блендера, измельчить орехи, печенье, чипсы поможет кухонное полотенце, в которое нужно завернуть то, что ты хочешь измельчить, и взять предмет потяжелее, например, скалку, молоток, в крайнем случае кирпич,
бутылка на кухне — вообще вещь незаменимая. Если она полна, например, Кьянти, то пригодится для создания нужного «итальянского» настроения. Если же она пустая, отлично подходит для раскатывания теста. А также для отбивания мяса — просто переверни ее горлышком вниз и именно горлышком слегка отбивай стейки.
Чеснокодавилку и перцемолку можно заменить ножом с широким лезвием. Просто положи нож плоской стороной и лезвием от себя на зубчик чеснока или горошки перца и со всей силы ударь по нему кулаком.
Единственный инвентарь, без которого ты никак не обойдешься на кухне, — это желание воплотить рецепт во вкусное блюдо и твоя изобретательность.
Книги, диски с любимой музыкой и проигрыватели на наших кухнях тоже считаются инвентарем, потому что они помогают нам создавать кулинарные шедевры.

А вот **список инвентаря,** с помощью которого мы приготовили все блюда для этой книги: ступка, шейкер, кофемолка, формы-для выпечки, вок, сито, дуршлаг, ножницы, терка, венчик для взбивания, консервный нож.

Ножи: для овощей, поварской, хлебный.

А также: мялка, черпак, несколько лопаток, молоточек для отбивания, чеснокодавилка, деревянные и пластиковые лопаточки, миксер, фольга, бумага для выпекания, мерная кружка, несколько досок, экономка, кисточка, блендер, мясорубка или заменяющий их кухонный комбайн.

CAFE



СПЕЦИИ И ТРАВЫ

Травы и специи — твой особенный секрет. Один перчик чили — и у тебя получается жгучее мексиканское блюдо, несколько веточек розмарина — и баранина превращается в ароматное английское жаркое, щепотка *гзрам масалы* — и твое пряное карри готово.

Есть много правил, которые учат применять травы и специи. Мы же для простоты разделяем их на «твердые» и «мягкие». У твердых, например розмарина и тимьяна, *плотные* стебли и листики, и е *салате такие не разжуешь.* Добавляй их к горячим блюдам, к примеру, когда запекаешь мясо. А «мягкие» — с нежными листьями — лучше есть сырыми или, если ты бросаешь их в горячее блюдо, добавлять в конце, когда оно почти готово.
Во всем остальном — открывай для себя новые вкусы и ароматы и создавай свои правила. Надеемся, наша небольшая подсказка тебе в этом поможет.

Анис — отличный спутник курицы, выпечки и фруктовых салатов. Любимчик индийских хозяек.

Бадьян — союзник кофе, какао, выпечки и смесей для маринадов в китайской кухне.

Базилик — придаст любому блюду вкус Италии. Дружит с помидорами, шпинатом и пастой.

Розмарин — баранина и дичь с ним превращаются в объедение. Перед подачей на стол лучше вынуть веточки розмарина из блюда. Используй их как шпажки, когда собираешься запекать мясо или бекон.

Петрушка — универсальная приправа ко многим блюдам. Отлично дружит с другими *травами.*

Чеснок — что за скука была бы в мире без чеснока! Он есть везде — в супах, рыбе и мясе, салатах, соусах и гарнирах. И придает им неповторимый аромат. Если боишься его горечи, запекай или обжаривай чеснок, останется только легкий аромат и сладковатый вкус.

Шалфей — имеет очень сильный специфический аромат, Хорошо сочетается со свининой, птицей, например гусятиной, и блюдами из субпродуктов.

Мята — ее добавляют в острые, соленые и сладкие блюда. Придает «ментоловый» аромат соусам, телятине и баранине. Фруктовые салаты с мятным сахаром — особое лакомство.

Эстрагон — это тархун, как его называют на Кавказе. Одна из самых любимых многими народами приправ. Придает изысканный вкус рыбе, птице, сыру и блюдам из яиц.

Кориандр — его зелень (кинза) имеет очень яркий насыщенный вкус, хороша в салатах и соусах. Зерна отлично подходят для острых пряных блюд, например карри, мяса, птицы, тушеных овощей.

Куркума — желтый корень, популярный в Индии. Придает блюдам ярко-желтый цвет и легкий приятный аромат. Подходит к карри, рыбе, птице, рису.

Тмин — одна из любимых европейских приправ с немного резковатым перечным ароматом. С ним готовят супы, прекрасно сочетается с капустой, большой друг выпечки, особенно хлеба и булочек.

Укроп — один из первых спутников рыбы и салатов.

Майоран — это Средиземноморье, любимые нами Италия и Греция. Попробуй сочетать его с томатами.

Орегано — оригинальный резковатый аромат подходит мясу, хорошо сочетается с перцем чили в мексиканской кухне.

Тимьян — он же чабрец, тесно связан с кухней Франции и Италии. Придает хороший аромат курице.

Лимон — не удивляйся, сок и цедра лимона — одна из любимых европейцами «приправ». Хорош в салатах, соусах, маринадах к рыбе, мясу и дичи. Любит сладости и выпечку.

Имбирь — союзник азиатских блюд, маринадов для мяса, выпечки и десертов. Душистый корень придает блюдам свежий, немного лимонный, острый вкус.

Сейчас на рынках продают много сухих приправ, и тебе могут составить любое сочетание или предложат уже готовые. Гарам масала, карри — наборы специй для индийских блюд. Хмели-сунели — кавказский «коктейль». Смеси чили — мексиканская острая добавка. А «Пять специй» используй для китайских блюд. Не прогадаешь.

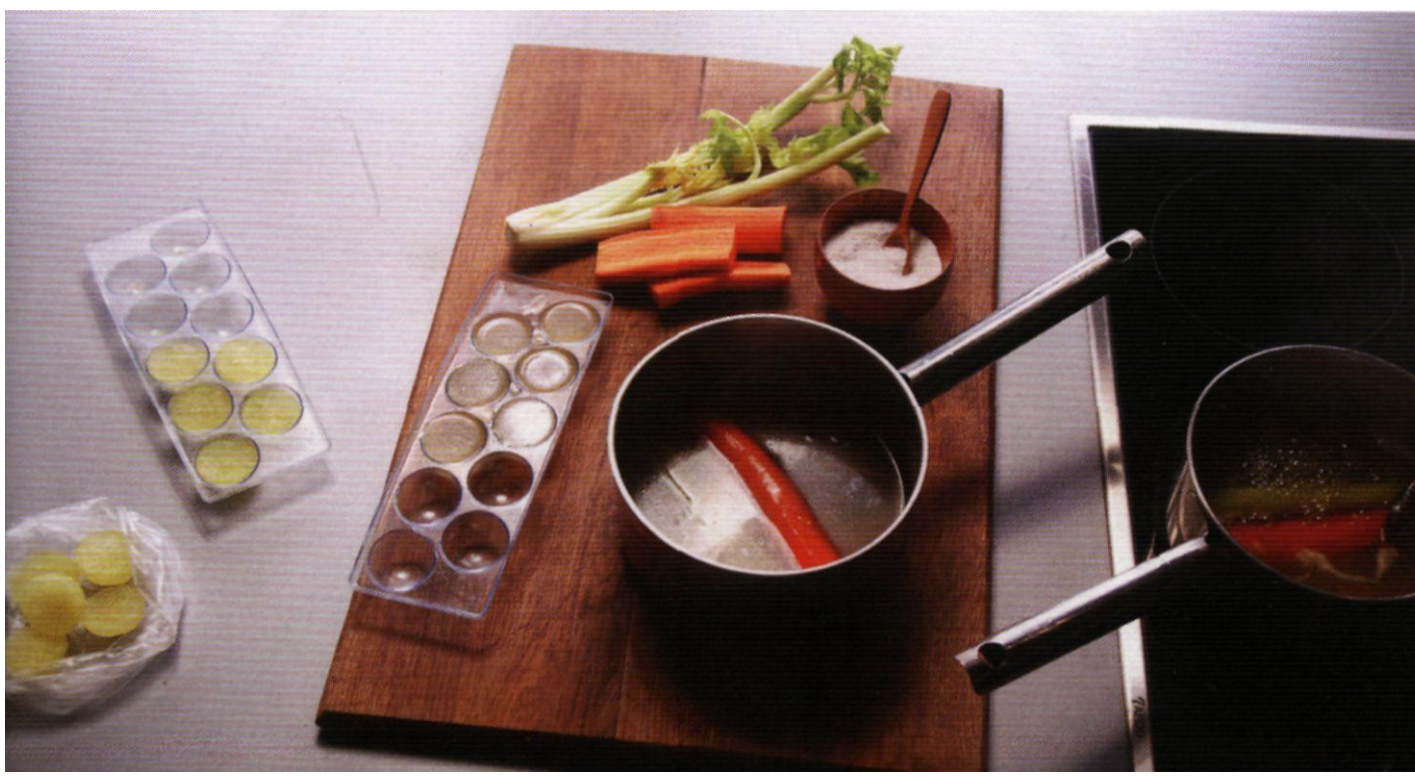
Рецепты
на потом

ЗАМОРОЖЕННЫЕ ЛИСИЧКИ

Грибы перебрать, хорошо промыть. Зелень петрушки промыть и мелко порубить. Грибы проварить в кипятке в течение 5 минут, вынуть их шумовкой. Хорошо промыть еще раз и дать им остыть. Перемешать с петрушкой. Разложить порциями в пакетики для заморозки, добавить кусочек сливочного масла и измельченный зубчик чеснока. Отправить в морозильную камеру.

ЗАМОРОЖЕННЫЕ БУЛЬОННЫЕ КУБИКИ

Сварить наваристый бульон, дать ему остыть и разлить в формочки для льда. Когда бульон застынет, переложить кубики в пакетики для заморозки и хранить в морозильной камере. Для одной тарелки супа тебе понадобится одна бульонная льдинка.



Утро

УТРО

Обрати внимание, что мы сознательно не предлагаем тебе готовить завтраки. Взамен же даем рецепты тех блюд, которые стоит приготовить утром. Потому что у каждого из нас свое утро, а в нашем понимании слово «завтрак» несколько ограниченно.

Границы обеда и ужина уже стерлись, а завтраки остаются для многих неизменным *приемом* пищи с 7 до 9 утра. Мы об этом знаем не понаслышке, потому что за этот год придумали и приготовили более 400 утренних телевизионных рецептов. И наш первый вопрос при выборе рецепта был таким: «Может ли это быть завтраком?»

Утро у каждого начинается в разное время. У молодой мамы — с семи, а часто и с шести часов. У офисных служащих — с девяти часов. У диджея утро — с трех-четырех дня. Соответственно, и завтраки у всех будут отличаться.

Если вы с мужем отправили ребенка к бабушке и можете себе позволить отдыхать до обеда, то наверняка ваша утренняя трапеза часа в два дня будет более сытной, чем просто чашка кофе. Наверняка вы проголодались. И для такого случая отлично подойдут бутерброды с семгой и маком.

Поскольку мы хотим, чтобы границы завтрака тоже стерлись, предлагаем тебе отнестись индивидуально к каждому из них. Например, добавляя в домашний йогурт чеснок, его можно подавать как к долме (стр. *86-87),* так и к карри (стр. 80-83). Заменив в блинчиках начинку на овощную и мясную, мы их подавали с салатом от Виолы (стр. 112-113) на китайский Новый год.

Кстати, вкусные блюда для своего утра ты можешь выбрать по всей книге и без нашей помощи. Мы, например, утром любим есть маффины (стр. 182-185).

Вкусного тебе утра!

ФРАНЦУЗСКИЙ ОМЛЕТ ОТ ЭРВЕ

Это — типично французский омлет, который не одно столетие готовят в провинции на завтрак. Его секрет — белки и желтки взбивают отдельно, поэтому он похож на воздушное суфле.

Главное:
б яиц,
200 г грибов,
80 г жирных сливок,
50 г масла,
1 крупная луковица,
пучок петрушки,
щепотка сухого измельченного чеснока,
соль,
перец

Нарезать пластинками грибы и мелкими кубиками лук. Порубить петрушку. На сковороде растопить 25 г масла, обжарить в нем до золотистого цвета лук, добавить грибы, соль, перец, измельченный чеснок. Обжарить, добавить рубленую петрушку. Перемешать.

Взбить 3 яйца с 3 желтками, отдельно взбить 3 белка. Аккуратно соединить яйца со взбитыми белками, добавить сливки, соль и перец.

На сковороде растопить оставшееся масло. После того, как оно стало золотистого цвета, вылить взбитые яйца. Когда края омлета слегка поджарятся, высыпать в середину начинку из грибов с овощами и аккуратно завернуть омлет в рулет Еще немного обжарить и выложить на тарелку.

ФРЕШ ДЫНЯ-ГРУША-ОГУРЕЦ

Мы обожаем фреши. Но как настоящим экспериментаторам нам скучно смешивать одни лишь апельсины, морковки да яблоки. Поэтому на наших кухнях с утра в соки идут самые разные фрукты, овощи и зелень. Главное правило — они должны быть суперсвежими. Как и цвет лица после такого энергетического завтрака.

Главное:
У$_4$дыни,
2 большие груши,
1 огурец
Инвентарь:
соковыжималка

Рецепт настолько прост, что нечего и писать: очистить от кожуры дыню, груши и огурец и отправить их в соковыжималку. Советуем выпить свежевыжатый сок в течение 15 минут с момента его приготовления.

БАНАНОВЫЙ СМУЗИ

Банан, как многие знают, — заряд энергии и хорошего настроения. А если ты добавляешь фрукт в легкий смузи, он делает его более питательным. Отличный напиток для взрослых и детей на завтрак — быстро, легко и вкусно.

Главное:
1 банан,
3 апельсина,
листочки мяты

Инвентарь:
соковыжималка

Очистить банан. Выдавить сок из апельсинов. Смешать в блендере банан, сок апельсинов. Перелить смузи в стакан. Украсить листиками мяты… И вкусно позавтракать.

БУТЕРБРОД С ЛОСОСЕМ И МАКОМ

Классический европейский бутерброд с лососем относится к закускам. Ну и что? А нам нравится это блюдо готовить и на завтрак. Во-первых, красная рыба очень полезна для нашего организма. Во-вторых, она очень вкусная. Мы добавили в этот бутерброд свою «народную приправу» и уверены, тебе это понравится.

Главное:
тосты,
творог,
филе лосося,
мак,
лимон,
укроп

Думаем, тебя не надо учить делать бутерброды, но жанр обязывает. Итак, смешать творог с *маком* и намазать его на тосты. Сверху положить ломтик лосося. Украсить ломтиком лимона и зеленью укропа.

МЕКСИКАНСКИЙ БУРИТОС С ОМЛЕТОМ

Обычный тонкий лаваш — отличная замена мексиканским лепешкам, если у тебя нет времени их приготовить. В него с успехом можно заворачивать любую начинку: хочешь — овощи, хочешь — мясо или, как в нашем варианте, омлет. Такой буритос также можно дать ребенку в школу, чтобы он подкрепился на перемене.

Главное:
лаваш,
2 яйца,
молоко,
соль,
перец,
зелень,
растительное масло
бекон
перец чили

Взбить яйца с молоком, солью, перцем и зеленью. Поджарить на растительном масле бекон, добавить взбитую смесь. Выложить омлет на лаваш и аккуратно скрутить в рулетик. Нарезать рулет кусочками.

ДОМАШНИЙ ЙОГУРТ

Конечно, купить в супермаркете готовый йогурт — значительно меньше хлопот. Но напиток, приготовленный в домашних условиях, будет в тысячу раз полезнее. Закваски к йогуртам продают во многих аптеках и даже в магазинах.
В этот напиток можно добавить мед, варенье, ягоды и кусочки фруктов.
А еще его стоит приготовить хотя бы ради гордого заявления в кругу друзей вашего мужа: «А моя жена готовит для нас настоящий домашний йогурт!»

Главное:
молоко,
молочнокислая
йогуртовая закваска

Инвентарь:
термос
или стеклянная банка

Вскипятить молоко. Дать ему остыть до 40 °С. Для заквашивания йогурта отлично подойдет термос. А если у тебя его нет, используй банку. Итак, дальше следует перелить молоко в термос или банку. Добавить молочнокислую закваску. Аккуратно перемешать. Закрыть. Йогурт в термосе оставить сквашиваться на 8-12 часов.
Если вы делаете йогурт в банке, укутать ее так, чтобы она очень медленно остывала. Через 6 часов банку нужно достать и оставить при комнатной температуре еще на 4-6 часов. Йогурт готов.
Сразу отбери 2-3 ст. л. готового йогурта, пока его никто не съел. Это и будет твоя порция закваски на следующий раз. Но используй ее в течение 3 дней, иначе она сильно прокиснет. Обычно одну капсулу молочнокислой закваски используют месяц-два. А потом стоит приобрести следующую.

КОФЕ С АПЕЛЬСИНОМ

Попробуй сварить свой утренний кофе, добавив к нему согревающие корицу, бадьян и ароматный апельсин. Он хорош в дуэте с поджаренными тостами и джемом или медом. Не знаем, как весь день, но прекрасное утро тебе обеспечено.

Главное:
молотый кофе,
вода,
корица,
цедра апельсина,
сахар,
бадьян

Инвентарь:
джезва

Такой кофе лучше варить в джезве. Итак, насыпь в джезву кофе, добавь сахар, корицу, бадьян и цедру апельсина. Залей воду, поставь на огонь и свари пряный ароматный кофе.

ФРЕШ СВЕКЛА-ЯБЛОКО-СЕЛЬДЕРЕЙ-РЕДИС

Этот насыщенный ярко-красный фреш может показаться тебе необычным, ведь в его состав входят и овощи. Но он очень вкусный, а о пользе свежевыжатых соков уже столько сказано приверженцами здорового питания, что уж поверь и нам — их стоит готовить.

Главное:
1 маленькая свекла,
2 яблока,
2 стебля сельдерея,
4 редиски

Инвентарь:
соковыжималка

Нарезать на кусочки яблоко и свеклу. Забросить в соковыжималку свеклу, яблоко, стебли сельдерея и редиску. Выдавить сок и разлить в стаканы. Можно добавить несколько капель оливкового масла.

ИСОВЫЕ БЛИНЫ С ЯГОДАМИ

Этот японский завтрак не должен смущать тебя своей экзотичностью. Рисовая бумага (ее еще называют рисовыми блинами) продается на рынках в ларьках с восточными продуктами. И в одном комплекте ее столько, что хватит на множество блинов, которые быстро готовятся и очень вкусны. Начинки выбирай на свой вкус, мы больше всего любим сладкие.

Главное:
рисовая бумага,
сахар,
замороженные лесные ягоды,
вишня,
корица,
растительное масло,
кунжут,
мед

На сковородке развести в воде немного сахара, чтобы он растворился, добавить ягоды и корицу. Помешивая, немного их протушить.

Листы рисовой бумаги опустить на несколько секунд в теплую воду. Разложить на столе. Высыпать на них ягоды и свернуть в «конвертики». Обжарить блины на растительном масле с двух сторон. Переложить на кухонное бумажное полотенце, чтобы убрать лишний жир. На сухой сковороде поджарить кунжут и посыпать им блины. Подавать с медом.

ГОРЯЧИЙ ШОКОЛАД

Этот завтрак — необходимая время от времени энергетическая подзарядка для мозга. Добавляя больше шоколада или молока, можешь готовить этот напиток разной консистенции, на свой вкус. Следи только, чтобы шоколад, когда будет плавиться, не пригорел. Иначе в напитке будет слишком много горечи. А мы — только за сладкую жизнь!

Главное:
плитка черного шоколада (больше 70% какао),
молоко,
корица,
цедра апельсина

Вскипятить молоко. На водяной бане растопить шоколад, добавить молоко, корицу, цедру апельсина, перемешать, не давая ему пригореть. Горячий шоколад перелить в маленькую чашечку и сразу же садиться завтракать.

Мясо. Птица. Дичь

МЯСО. ПТИЦА. ДИЧЬ

Раньше качество хорошей кулинарной книги определялось количеством мясных рецептов. Поскольку считалось, что без мяса нет праздника, а следовательно, застолья и кулинарии. Мы ни в коем случае не умаляем значения мясных блюд, но их количество восполнили качеством.

Также хотим развеять миф о сложности приготовления мяса. И поговорить о сложности выбора качественного продукта. Нам кажется, что куда приятнее провести дополнительные 10 минут, выбирая хороший кусок мяса, чем лишние 15 минут долбить его молоточком на кухне. И если в квартире твоих соседей за стеной раздается грохот, можешь не завидовать их ремонту. Они всего лишь делают «воздушные» отбивные. Видимо, воздушность в эти несчастные отбивные заколачивается силой.

А если серьезно, то хорошее мясо сегодня можно купить как в супермаркете, так и на рынке. Оно должно иметь однородный цвет и не быть мокрым, а тем более не лежать на мокром прилавке — иначе это говорит о том, что такое мясо явно не свеженина и ночевало оно в воде. Хорошее свежее мясо на ощупь упругое и сухое.

Классно, что теперь доступна птица на любой вкус — от перепелок до цыплят. При сегодняшнем ассортименте можно вновь открыть книгу *мадам* Молоховец и спокойно готовить любое из блюд дворянской кухни.

Современный рынок предлагает тебе свежих и замороженных уток, гусей, индюшек, кроликов и даже стейки из страусов. И *охотиться* на них уже не нужно. Единственное, за чем мы советуем тебе поохотиться, это хорошие рецепты и вдохновение. Для нас они самая лучшая добыча. Представляем твоему вниманию наши трофеи.

ПЕРЕПЕЛА С БЕКОНОМ И КЛУБНИКОЙ

Сколько стоят перепела? Кого бы мы ни спрашивали, все отвечали, что одна перепелка обойдется в 60 гривен, не меньше. Но это совсем не так: в супермаркете ты можешь купить четыре изысканные птицы всего за 24 гривни. Видимо, вкусовые качества этой птицы превышают ее стоимость в десять раз.
Если ты хочешь блеснуть неформальным обедом перед важными партнерами по бизнесу или произвести впечатление на любимого человека, например, на День Святого Валентина, приготовь это блюдо.

Главное:
4 перепелки,
8 тонких полосок бекона

Овощи и ягоды:
1 луковица,
4 ягоды клубники

Травы и специи:
тимьян,
майоран,
мята,
соль,
перец

Другое:
3 ст. л. растительного масла,
50 мл сухого красного вина

Инвентарь:
небольшой противень или форма для выпекания,
зубочистки

Перепела очень вкусные сами по себе, поэтому к ним подойдет простой маринад. Понадобится всего лишь мелко нарезанный лук, травы и вино.
Положить перепелок в маринад и оставить на 1 час. Вынуть из маринада.
В каждую перепелку спрятать ягоду клубники, обернуть беконом, чтобы сохранить сочность птицы, и закрепить его зубочистками.
Разогреть духовку до 220 ℃. Смазать форму маслом, выложить перепелов и полить их маринадом. Запекать птицу 20-25 минут, время от времени поливая образовавшимся соком.

Фишка: что касается трав, ты можешь брать сухие тимьян, майоран и мяту. Благо дело, их нетрудно найти и в гастрономе. Но не бойся экспериментов и попробуй заменить смесь трав пучком свежей петрушки. Главное, чтобы травы не забивали вкус благородной птицы.
Можешь также заменить клубнику черной смородиной, маленькими яблочками или ананасом.
Что касается модного бекона, то если его не посчастливилось найти, подкопченное сало или грудинка произведут тот же эффект. Главное — попросить нарезать их вдоль, чтобы легче было заворачивать в них птичек.
А гарнир на свой вкус ищи в разделе с тем же названием.

ПРАЗДНИЧНАЯ ИНДЕЙКА

Что для нас праздник?

Это:

а) большое количество гостей, а следовательно, и еды;
б) огромный бюджет (исходя из пункта а);
в) возможность произвести впечатление на своих гостей вкусными и необычными блюдами.

По нашему мнению, одна праздничная индейка способна сделать не только это, но и позволит найти время на украшение елки, хорошо выглядеть на фотографиях, выпить глинтвейна (стр. 216-217) и, может быть, в тысячный раз пересмотреть «Иронию судьбы...».

Несмотря на «заграничность» блюда — индейка наиболее популярна в Европе и США, — оно идеально подходит для нашего новогоднего или рождественского застолья. А главное — ее достаточно готовить один раз в год, и такая индейка с успехом заменит приевшиеся всем блюда и произведет незабываемое впечатление.

Главное:
1 индейка,
12 тонких полосок бекона,
100 г куриной печени,
225 г свинины

Овощи и фрукты:
1 луковица,
1 яблоко

Травы и специи:
1 букетик тимьяна,
$Ч_л$ ч. л. молотого мускатного ореха,
1 ст. л. шалфея,
1 ст. л. свежей петрушки,
соль,
свежемолотый перец

Другое:
50 г мягкого сливочного масла,
100 г свежего белого хлеба без горбушки

Инвентарь:
большой противень,
блендер или мясорубка,
кухонные бумажные полотенца,
зубочистки,
фольга или специальный рукав для запекания

Блюдо состоит из двух сюрпризов для гостей: фаршированной индейки и мясных рождественских шариков.

Советуем сначала приготовить фарш. Снять пленки с куриной печени. Разрезать яблоко и удалить семена. Почистить лук. Порубить свинину. В блендер забросить печень, яблоко, лук, свинину, хлеб, петрушку, шалфей, черный перец, мускатный орех и измельчить.

Разогреть духовку до 220 °С. Хорошо обсушить индейку бумажными полотенцами, внутри посолить, поперчить и начинить фаршем. Закрыть отверстие букетиком тимьяна.

Натереть индейку сливочным маслом, посолить и поперчить. Выложить ее на противень. Сверху по грудке птицы выложить полоски бекона.

А из оставшегося фарша сформировать шарики, обернуть их беконом, закрепить его зубочистками и выложить шарики на противень вокруг индейки.

Плотно закрыть весь противень фольгой, чтобы не испарялись драгоценные соки и птица не получилась сухой. Поставить запекаться на 1 час при температуре 220 °С, затем снять фольгу и оставить в духовке еще на 1 час при температуре 175 °С.

Фишка: если это облегчит твои предновогодние закупки, можешь заменить куриную печень на говяжью, а свиной фарш — на любой другой. Также в свой рецепт попробуй добавить молотые орехи.

КАРТОШКА ПО-ВЕНГЕРСКИ. РЕЦЕПТ БАБУШКИ МУЖА

После съемок венгерской программы всем без исключения операторам нашей группы стало ясно — Чабина бабушка прекрасно готовит. А невесткам всей страны совет — выбирайте несложные рецепты из коллекции семьи мужа. Они обязательно произведут неизгладимое впечатление не только на родственников, но и на коллег мужа. Беспроигрышный вариант.

Главное:
1 колечко домашней колбасы,
5 яиц,
1 стакан сметаны

Овощи и фрукты:
2 луковицы,
8 вареных картофелин

Травы и специи:
6 ст. л. паприки,
соль

Другое:
растительное масло

Инвентарь:
форма для выпекания

Сварить картофель в мундирах и яйца. После этого их остудить, почистить и нарезать кружочками.
Приготовить соус Нарезать лук полукольцами. Разогреть на сковороде растительное масло, обжарить лук до золотистого цвета. Бросить в сковороду нарезанную кружочками домашнюю колбасу. Посыпать паприкой, перемешать. Влить сметану, посолить и обжарить все, помешивая.
•В форму для выпекания выложить слоями картофель, яйца, соус, снова по очереди — картофель, яйца и соус. Посолить и поставить в духовку на 15 минут при температуре 175 ℃.

Фишка: обычно желание приготовить это блюдо особенно остро просыпается^ когда в холодильнике полно вареных яиц или картошки в мундирах. Можно подготовить их заранее — и молниеносно соорудить ужин.

СВИНАЯ РУЛЬКА К ПИВУ

Как стать своей/своим в мужской компании? Независимо оттого, мужчина ты или женщина, в твоей жизни наступит момент, когда придется завоевывать доверие мужчин. Вечеринка, посвященная Октоберфесту, — лучшее решение этой проблемы.

Главное:
1 свиная голяшка

Овощи и фрукты:
1 луковица,
2 моркови,
1 корень сельдерея

Травы и специи:
6 зубчиков чеснока,
3 лавровых листа,
7_4 ч. л. шафрана,
2-3 горошины черного перца,
1-2 горошины душистого перца,
1 ~*2* лавровых листа, соль

Другое:
4 ст. л. растительного масла, 1 бутылка темного пива, светлый мед

Инвентарь:
блендер,
фольга, противень

Для этого рецепта лучше использовать переднюю голяшку, так как в ней больше мяса.

Сначала голяшку нужно сварить: для этого в кипящую подсоленную воду бросить целую луковицу, морковь, корень сельдерея и специи и варить в этом бульоне голяшку на слабом огне в течение 3-4 часов. Дать стечь бульону, после чего голяшку нужно хорошо обсушить.

Нашпиговать голяшку чесноком. Измельчить в блендере соль, перец, чеснок, лавровый лист и розмарин. Натереть этой смесью голяшку. Сделать из фольги мешочек для запекания-. Положить в этот мешочек голяшку и осторожно влить V_2 бутылки темного пива.

Поставить тушиться в духовку на среднем огне 2 часа.

После этого раскрыть фольгу, смазать готовую рульку (как еще называют голяшку) медом и оставить еще на 15-20 минут, чтобы сверху образовалась хрустящая золотистая корочка.

Фишка: если темного пива не оказалось, возьми светлое и добавь 1 чайную ложечку соевого соуса.

КУРИНЫЕ НОЖКИ «ТРОПИКАНА»

В оригинале — рецепт суперсекретарши Лены из Театра на Подоле. Но мы добавили креветки и тропические ингредиенты. Нужно будет пригласить Лену на девичник, приготовить ей «Пина Коладу», угостить экзотическими ножками и отблагодарить за классную идею.

Главное:
12 куриных ножек,
300 г креветок

Овощи и фрукты:
7_2 луковицы,
1 апельсин,
V_2 лимона,
$^1/_2$ лайма

Травы и специи:
1 корень имбиря,
1 перец чили,
1 ч. л. смеси перцев,
7_2 ч. л. молотого кориандра,
2 стебля зеленого лука,
соль, перец,
2 зубчика чеснока

Другое:
2 ст. л. меда

Инвентарь:
противень
или форма для выпекания

Чтобы нафаршировать куриные ножки, тебе нужно их подготовить: острым ножом зачистить кожу и мясо и отрубить косточку.

Теперь делаем фарш. Для этого следует нарезать креветки и перец чили, измельчить чеснок и лук. Очистить и натереть корень имбиря. Смешать в миске креветки, чеснок, лук, соль, перец, тертый корень имбиря, перец чили. Нафаршировать этой смесью куриные ножки. Посыпать сверху кориандром и смесью перцев. Выложить на противень или форму для выпекания.

Выдавить сок из апельсина, лимона и лайма, добавить мед и размешать. Полить этим соусом фаршированные куриные ножки и поставить их запекаться при температуре 175 °С на 35 минут.

Фишка: если креветок нет, а тропический вкус нужен, подойдет свиной фарш. Он кстати, очень популярен в индокитайских странах.

ЧИЛИ КОН КАРНЕ

Вроде по-флотски, только с помидорами, корицей и другими зимними специями. Можешь на свое усмотрение выбирать фарш, но не жирный, телячий будет вкуснее всего. Хотя если в морозилке «домашний» из супермаркета на котлеты, лепить которые не хочется, а приготовить ужин все-таки нужно, можно устроить мексиканский ужин. На гарнир — рис

Главное:
750 г мясного фарша

Овощи и фрукты:
1 большая луковица,
440 г консервированных помидоров без кожицы,
470 г консервированной красной фасоли

Травы и специи:
2 зубчика чеснока,
2 лавровых листа,
1 ч. л. корицы,
$^1/_2$ ч. л. молотого орегано,
1 ч. л. молотого тмина,
$^1/_2$ ч. л. порошка чили,
соль

Другое:
1 ст. л. оливкового масла,
1 стакан томатного сока

Инвентарь:
глубокая толстостенная сковорода

Растолочь чеснок, мелко нарезать лук. Обжарить на оливковом масле в сковороде. Добавить фарш, размять его лопаточкой и жарить на умеренном огне, хорошо перемешивая, чтобы не образовывались комочки. Добавить корицу, которая придаст блюду особый аромат и вкус

Когда мясо слегка обжарится, добавить консервированные помидоры. Перемешать, довести смесь до кипения, после чего уменьшить огонь.

Слить из фасоли сок. Добавить в мясо фасоль, орегано, тмин и порошок чили. Перемешать, влить томатный сок и тушить до готовности еще 10-15 минут.

Фишка: если же ты хочешь устроить мексиканскую вечеринку совсем по-настоящему, то понадобится бутылка текилы, лайм, дополнительная соль и... касадия (стр. 128-129), гуакамоле (стр. 118-119) и сальса (стр. 153-154).

ШАШЛЫК ИЗ ТЕЛЯЧЬЕЙ ПЕЧЕНИ В БЕКОНЕ

Во-первых, просто чудесный рецепт, чтобы доказать мужчинам, что женщины делают отличный шашлык… А во-вторых, именно то, что нужно, чтобы еще раз показать женщинам, что мужчины в шашлыках разбираются куда лучше.

Главное:
500 г телячьей печени,
150 г тонких полосок бекона

Травы и специи:
черный перец,
красный перец,
хмели-сунели,
соль

Инвентарь:
шампуры, гриль

Сначала нужно зачистить печенку от пленок. Потом нарезать ее кусками примерно 3х3 см. Сделать смесь из черного и красного перцев, хмели-сунели и соли. Обвалять в ней кусочки печени. Каждый кусочек обернуть беконом и нанизать на шампуры, Зажарить на гриле примерно 15 минут, регулярно переворачивая.

Фишка: если у тебя хватит мужества, вместо бекона можно взять свиную сетку, а для подкопченного вкуса, нанизывая, чередовать печень с домашней копченой колбаской.

КРОЛИК С ЛИСИЧКАМИ ПОД СМЕТАННЫМ СОУСОМ

Здесь рецепт начинается с выбирания кролика. И из этой процедуры можно сделать целое торжество. Детей для такого праздника, правда, лучше оставить дома (мы все понимаем, что уж больно он похож на кота). Зато, гуляя с мужем под руку по рынку, можно спокойно обсудить винную карту на вечер.
Когда шеф-повар (ты) и сомелье (твой благоверный) окончательно спланируют прием, останется всего лишь решить, кого позвать в гости. Или же съесть все самим. Дети, благо дело, очень любят кролика в готовом виде.

Главное:
1 кролик,
$У_2$ кг лисичек

Овощи и фрукты:
1 луковица,
4 морковки

Травы и специи:
4 зубчика чеснока,
пучок петрушки,
соль,
перец

Другое:
4 ст. л. муки,
1 стакан сметаны,
вода,
уксус,
растительное масло

Инвентарь:
глубокая форма для выпекания,
фольга

Чтобы приготовить ароматного и вкусного кролика, его нужно вымочить в воде с уксусом в течение ночи. После этого обсушить и нарезать на кусочки.

Натереть кролика перцем и солью. Сделать надрезы и нашпиговать кусочками чеснока. Обжарить мясо на растительном масле в сковородке до золотистого цвета и переложить в форму для выпекания.

Хорошо промыть грибы, залить их кипятком и оставить на 5-7 минут.

Мелко нарезать лук, обжарить в оставшемся на сковородке соке. Нарезать морковь, добавить к луку. Слить воду с грибов, высыпать их на сковородку к овощам и протушить до мягкости. Посыпать рубленой петрушкой. Добавить в грибной соус муку, сметану, соль и перец, перемешать и потушить еще несколько минут.

Залить кролика готовым соусом, закрыть форму фольгой. Поставить в духовку запекаться при температуре 120 °С на 2 часа.

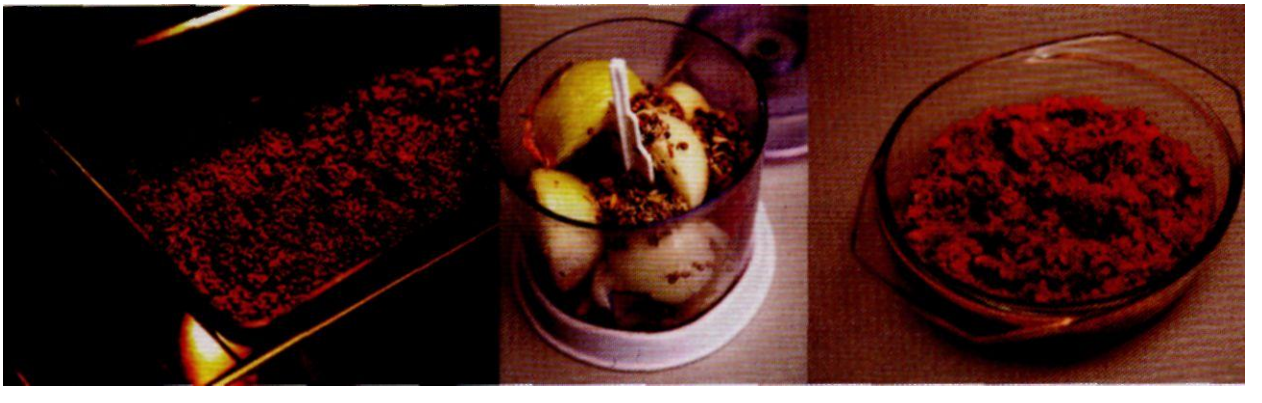
Фишка: обрати внимание на бургундские розовые вина или какое-нибудь белое из Эльзаса.

КАРРИ

Одним из огромных плюсов (или для некоторых — минусов) можно считать невероятный аромат, который стоит не только у тебя в квартире, но и по всему подъезду. Ну и *пусть все знают,* что у тебя сегодня пир горой. К тому же индийский.

КАРРИ

Одним из огромных плюсов (или для некоторых — минусов) можно считать невероятный аромат, который стоит не только у тебя в квартире, но и по всему подъезду. Ну и пусть все знают, что у тебя сегодня пир горой. К тому же индийский.



Главное:
1 кг телятины

Овощи и фрукты:
2 банки консервированных помидоров без кожицы,
1 лайм,
2 луковицы

Травы и специи:
1 пучок мяты,
1 пучок кинзы,
соль,
свежемолотый черный перец,
корень имбиря,
10 зубчиков чеснока,
2 перца чили

смесь специй:
фенхель,
тмин,
кориандр,
пажитник,
черный перец горошком,
гвоздика,
тимьян,
кардамон

Другое:
растительное масло,
300 г крепкого бульона,
280 г натурального йогурта

Инвентарь:
толстостенная глубокая сковородка,
противень,
блендер, фольга

Почистить корень имбиря. Почистить и нарезать лук. Почистить чеснок. Нарезать п^рец чили, не удаляя семян. Высыпать на противень смесь специй для карри и поставить их в духовку на несколько минут — так специи раскроют свой аромат.
В блендер засыпать специи, лук, имбирь, чеснок и перец чили и все измельчить. После этого высыпать *пасту на* сковородку и, помешивая, *слегка* ее поджарить до золотистого цвета.
Добавить помидоры из банки. Перемешать. Как раз время добавить бульон и посолить. Еще раз хорошо перемешать. Теперь, чтобы закончить приготовление пасты для карри, все нужно перелить в компактную форму, накрыть ее фольгой и поставить в духовку доходить. Паста должна загустеть и протушиться под фольгой.
Нарезать мясо крупными кусками. Поджарить на сковороде до золотистого цвета. Когда мясо зарумянилось и паста карри протушилась, добавить ее в сковороду. Тушить, пока мясо не станет мягким. Когда блюдо будет почти готово, добавить натуральный йогурт. В конце посыпать рублеными кинзой и мятой, полить соком лайма.

Фишка: обрати внимание — уже появились в супермаркетах настоящие свежие листья карри!

ПИРОГ ПАСТУХА

Валлийский рецепт (значит, родом из Уэльса) — там этот пирог предпочитают готовить с бараньим фаршем. А вот наша украинская версия. Так что теперь вполне и совсем без угрызений совести, даже с небольшим патриотизмом можно называть это блюдо пирогом украинского пастуха. Тем более что и у нас, и у валлийцев ингредиенты для него найти совсем несложно.

Главное:
450 г фарша из телятины,
275 г крепкого бульона

Овощи и фрукты:
2 луковицы, 1 банка помидоров без кожицы, 2 моркови, 2 лука-порея, 2 стебля сельдерея, 900 г картофеля

Травы и специи:
1/2 ч.л. корицы, тимьян, петрушка, соль, свежемолотый черный перец

Другое:
оливковое масло, 1 ст. л. муки, 50 г твердого сыра (чеддер), сливочное масло

Инвентарь:
толстостенная глубокая сковорода, форма для выпекания

Почистить и нарезать лук, морковь и стебли сельдерея. Поджарить их на сковороде. Добавить фарш, хорошо его размять лопаткой и поджарить с овощами. Посолить, добавить перец, корицу, рубленые тимьян и петрушку. Посыпать мукой, перемешать, чтобы смесь немного загустела.

Добавить бульон и помидоры. Перемешать, накрыть крышкой и оставить смесь томиться на маленьком огне.

Тем временем можно приготовить верхний слой. Для этого почистить, нарезать и отварить картофель. Когда картофель сварится, добавить сливочное масло и сделать пюре.

Теперь нужно сложить пирог пастуха: на форму сначала выложить мясную основу из сковородки, сверху на нее — пюре, аккуратно разровнять его ложкой. Лук-порей нарезать кружочками и выложить на пюре и в конце посыпать тертым сыром.

Все, пирог готов. Отправляем его в Духовку на 25 минут.

Фишка: вместо сыра можешь взять крошки чипсов. А вообще-то можно и сыр, и чипсы.

ДОЛМА ПО-ОБОЛОНСКИ

Типичное для грузинского горного селения блюдо, казалось бы, невозможно приготовить в мегаполисе. Но чтобы насладиться вкусом настоящей долмы… тебе достаточно выйти на балкон и осмотреться — видишь, у многих домов к окнам квартир тянутся виноградные лозы с ярко-зелеными листьями. Это именно то, что нужно. Когда во время приготовления этого блюда нам не хватило листьев винограда, нас выручила Оболонь, район Киева, где проходила съемка передачи. Мы быстро отыскали виноград и дали название нашему блюду.

Главное:
1/2 кг говяжьего или бараньего фарша, листья винограда, 1 стакан приваренного риса

Овощи и фрукты:
2 луковицы, 1 яблоко, 1 баклажан, 2 сладких перца, 8 шт. кураги, 8 шт. чернослива, сок 1 лимона

Травы и специи:
укроп, мята, базилик, соль, перец

Другое:
7 2 стакана грецких орехов, 2 ст. л. томатной пасты, растительное масло

Инвентарь:
ступка, казан

Сначала приготовим начинку. Для этого нужно нарезать лук и обжарить его на растительном масле. Истолочь в ступке орехи. Смешать в миске фарш, томатную пасту, орехи, рис, поджаренный лук, рубленую зелень, соль и перец.

Чтобы виноградные листья не были слишком жесткими, обдай их кипятком.

Теперь можно нафаршировать листья начинкой.

Нарезать дольками яблоко, баклажан и сладкий перец.

Дно казана выстелить листьями, на которые слоями выложить долму и кусочки яблрка, баклажана и перца. Посыпать сверху курагой и черносливом, посолить, закрыть листьями винограда.

Добавить 2 ст. л. растительного масла и залить водой чуть выше уровня долмы. Накрыть крышкой и тушить до готовности.

Фишка: готовили с куриным фаршем и экзотическими сухофруктами — было очень вкусно.

РЫБА

На вопрос о том, какой автомобиль самый лучший, Генри Форд ответил, что новый. То же касается и рыбы. Лучшая рыба — самая свежая.

Понятно, что свежую морскую рыбу у нас сложно найти по географическим причинам. Чаще всего мы ее покупаем охлажденной или замороженной. Правда, иногда замороженную нам втюхивают как охлажденную.

Свежая морская рыба должна пахнуть морем, а не рыбой. К счастью, море дарит нам не только рыбу. Раньше единственными доступными для народа морепродуктами были консервированные мясо криля и осьминоги. И увидеть их целиком можно было только на этикетке. Теперь же «фрукты моря» совершенно разнооб-

разные. И когда они только появились в супермаркетах, на них ходили смотреть, как в зоопарк.

Моментальная заморозка — одно из лучших изобретений человечества. Но несмотря на то, что морепродукты продают замороженными, их часто можно купить самого лучшего качества. Обрати на них внимание.

И помни, что морская рыба хотя и диетический продукт, но может быть аллергеном. Поэтому, когда готовишь для детей, для начала лучше выбрать речную. Благо, с речной рыбой проблем никогда нет — она у нас в изобилии круглый год.

СИБАС С ТРАВАМИ В СОЛЕВОМ ПАНЦИРЕ

Это настолько простой рецепт, что поначалу даже неприлично было его включать в книгу. Только по возвращении с далеких Канарских островов ситуация прояснилась. Там опытные испанцы практически любую рыбу готовят в панцире из соли и берут за это в ресторане немалые деньги.
Соли у нас не меньше, чем у испанцев (хотя и не морской). Нужно только выскочить в магазин за рыбой и травами. А лимоны в холодильнике есть всегда. Остается всего лишь вплести в волосы цветок или приклеить усы и… Ола!

Главное:
1 потрошенный сибас, с чешуей, не поврежденный по бокам

Овощи и фрукты:
1 лимон

Травы и специи:
укроп,
тимьян,
базилик,
розмарин,
перец,
1 кг соли

Инвентарь:
салфетки,
бумага для выпекания,
форма для выпекания

Рыбу хорошо обсушить салфетками. Поперчить, сбрызнуть соком лимона и очень плотно нафаршировать травами и дольками лимона.
Выстелить дно формы бумагой, насыпать слой соли, выложить рыбу и засыпать ее сверху солью. Хорошо сбрызнуть соль водой. Поставить рыбу запекаться в духовку при температуре 175 ˚С на 15-20 минут.

Фишка: на Тенерифе гарниром к рыбным блюдам служит сваренный в «мундире» картофель. Секрет в воде. Небольшие клубни варят в морской или просто очень соленой воде. Поэтому важно, чтобы они не были повреждены, тогда вас ожидает вкусный пресный картофель с кожицей в соленом «инее».

ФОРЕЛЬ В БЕКОНЕ

Существует мнение, что форель должна быть свежей-свежей. А как же вся остальная рыба? Скорее всего, это мнение должно распространяться и на другую рыбу. Сначала можно потренироваться на сорте попроще и подешевле, а потом перейти на форель или лосося. Ведь без сомнения, чем «праздничнее» сорт рыбы, тем больше тебе захочется подать это итальянское блюдо как основное угощение для гостей.

Главное:
1 форель,
6 полосок бекона

Овощи и фрукты:
1 соцветие брокколи

Травы и специи:
2 зубка чеснока,
мята,
тимьян,
соль,
перец

Другое:
$^1/_4$ серого хлеба (арнаутка),
50 г миндаля,
растительное масло

Инвентарь:
блендер,
кондитерская нить,
противень для выпекания

Промыть форель. Разрезать на порции, удалить хребет и косточки, оставив филе на коже. Рыбу посолить и поперчить.

Нарезать часть бекона. Обжарить его. Брокколи разобрать на соцветия. Мякоть хлеба смешать с беконом, миндалем, рубленой мятой, тимьяном и брокколи в блендере.

Нафаршировать порции рыбы этой смесью. Сверху обернуть полосками бекона вместе с веточками тимьяна и обвязать их кондитерской ниткой.

Смазать противень растительным маслом, выложить на него кусочки форели и запечь в духовке.

Фишка: кстати, возможно, тебе захочется адаптировать этот итальянский рецепт под свою любимую рыбку или заменить брокколи цветной капустой.

ЖАРЕНАЯ КАМБАЛА

Теперь это блюдо — правда, как и многие другие — ассоциируется со съемками программы. В гости приходила любимая подруга Нина, которая уже два года как работает на иностранных туристических лайнерах. А в Киев возвращается, потому что любит нас и скучает. И мы тоже — любим ее и скучаем, а также знаем, что удивить ее непросто. Поэтому выбор пал на камбалу, которая очень вкусная сама по себе и точно не подведет, если, конечно, свежая. Она зажаривалась в сухариках, на сковородке по размеру и сопровождалась жареным корнем сельдерея, который Нина до сих пор вспоминает в своих заморских «имейлах» и «смсках» к нам.

Главное:
1 камбала,
100 г пармезана

Овощи и фрукты:
1 лимон

Травы и специи:
пучок петрушки,
соль, перец

Другое:
$У_2$ батона,
растительное масло

Натереть батон и пармезан, смешать крошки, добавить соль.

У камбалы обрезать плавники. Рыбу посолить, поперчить, сбрызнуть соком лимона. Обвалять рыбу с двух сторон в крошках.

Разогреть на сковороде растительное масло. Обжарить камбалу по 5 минут с каждой стороны. Выложить на блюдо и украсить зеленью петрушки.

Фишка: очень круто выбрать сковородку по размеру камбалы или наоборот. Подавать можно прямо в сковороде.

ФИШ энд чипе

Этот рецепт, можно сказать, родной — 10 лет жизни в Великобритании не прошли даром. От Эдинбурга и до Девона рыба с чипсами регулярно спасает от студенческих голодных обмороков. Но кажется, самым вкусным это блюдо было в маленьком придорожном валлийском ресторане с одноименным названием «Rsh&chips» где-то между Фишгардом и деревней Святого Дэвида, которую, кстати, очень любит посещать королевская семья. Может, тоже спасаются от голодного обморока рыбой с картошкой?

Главное:
по 200 г разной рыбы
и морепродуктов: хек,
минтай,
креветки,
мидии,
2 яйца

Овощи и фрукты:
4 крупные картофелины

Травы и специи:
соль, перец

Другое:
уксус, растительное
масло, 5 ст. л. муки,
2 ст. л. кукурузной муки,
холодная вода со льдом

Инвентарь:
венчик для взбивания,
кастрюля или сотейник
с толстыми стенками,
бумажные салфетки,
прочитанная газета

Нарезать рыбу полосками. Почистить креветки и мидии. Нарезать картофель соломкой.

Приготовить кляр: взбить яйца с мукой и водой со льдом.

В кастрюлю или сотейник с толстыми стенками влить растительное масло и хорошо его разогреть. Приготовить бумажные салфетки.

Поочередно обмакивать рыбу и морепродукты в кляр.и обжаривать в растительном масле. Выложить каждую порцию на салфетки, чтобы удалить лишний жир.

Обжарить картофель. Также обсушить его на салфетке.

Посыпать рыбу, морепродукты и картофель солью и сбрызнуть уксусом.

Сделать из газеты кулечки. В каждый насыпать картофель, добавить рыбу с морепродуктами.

Фишка: для того чтобы твои пацаны поняли, что ты серьезно подготовился к вечеринке, купи британские газеты, сделай кулечки, как у бабушек под семечки, и в них подавай фиш энд чипе. Не забудь о пиве.

РЫБНЫЙ ШАШЛЫК В ЙОГУРТЕ

Поскольку ничего нового придумать уже невозможно, а вдохновиться всегда помогут кулинарные книжки, этот рецепт был замечен нами у великого и неповторимого Джейми Оливера (он очень крутой). И, как обычно, не могли себе отказать в удовольствии переделать уже существующий рецепт. Вот что получилось...

Главное:
7_2 филе белой рыбы,
1 стакан нежирного белого йогурта (можно использовать кефир)

Овощи и фрукты:
300 г вареного картофеля

Травы и специи:
2 ч. л. куркумы,
белый молотый перец,
1 корень имбиря,
2 зубка чеснока,
1 перец чили, мята, соль

Инвентарь:
шампуры,
гриль или шашлычница

Рыбу нарезать крупными кусками.
Сделать заправку. Почистить и натереть корень имбиря. Измельчить чеснок. Смешать йогурт, имбирь, соль, перец, куркуму и чеснок. Смазать рыбу и оставить мариноваться на 30 минут.
Нанизать рыбу и вареный картофель на шампуры. Обжарить, регулярно поворачивая, со всех сторон. Посыпать готовый шашлык рубленой мятой.

Фишка: лучше, если картошка всего лишь приварилась, иначе может слететь в угли.

ПАЭЛЬЯ

Испанский плов, просто идеальное блюдо для вечеринок типа «новоселья» под сангрию. Прелесть в его демократичности. Даже если ты рискнешь и приготовишь паэлью по-настоящему (с моллюсками в панцире), все равно можно ее подавать в пластиковых тарелочках. А сангрию, кстати, можно приготовить по-студенчески, прямо в раковине. Все равно она новая.

Главное:
250 г куриного филе,
1 л куриного бульона,
2 филе морской рыбы,
300 г морепродуктов — кальмары, мидии, креветки

Овощи и фрукты:
1 луковица, 4 помидора,
1 красный сладкий перец,
2 лимона

Травы и специи:
2 зубка чеснока,
2 ст. л. паприки, шафран на кончике ножа, соль, перец

Другое:
300 г длиннозерного риса, оливковое масло

Инвентарь:
толстостенная глубокая сковорода

Нарезать куриное филе средними кусочками. Взять широкую сковороду, разогреть в ней масло и обжарить куриное филе.
Измельчить чеснок. Добавить к куриному филе. Приправить паприкой. Перемешать, обжарить.
Нарезать помидоры без кожицы, почистить и нарезать сладкий перец. Хорошо промыть рис и добавить в паэлью. Развести шафран в бульоне и добавить его к паэлье. Посолить. Готовить на маленьком огне.
За 10 минут до готовности добавить нарезанную порциями и слегка обжареную с луком рыбу. Почистить морепродукты, кальмары нарезать кольцами. За 5-7 минут до готовности паэльи добавить морепродукты. Поперчить. Подавать с четвертинками лимона.

Фишка: наш новый кулинарный друг Виталик Ситак советует сварить бульон из крабового панциря — вкус просто замечательный.

ЗАКУСКИ. САЛАТЫ

Эта глава, наверное, самая неожиданная из всей книги. Потому что каждый рецепт в ней ломает стереотипы и классические представления о закусках и салатах.
Мы это сделали не случайно. С детства все мы воспитывались на майонезных смесях для праздничного стола и на огуречно-помидорных миксах на каждый день. Здесь же ты встретишь совершенно на первый взгляд необычные сочетания. Но не бойся, как мы и обещали в главе о кулинарном авантюризме, это подарит тебе вдохновение готовить.

На помощь овощам и фруктам мы позвали сыр и бекон, специи, семена и травы, маслины и тропические соусы. Если ты «чайник», это самая подходящая глава, чтобы начать готовить. Но мы надеемся, что и гурманов тоже не разочаруем.
И еще обрати внимание на температуру блюд, которые мы тебе предлагаем. Многие из них являются горячими закусками или теплыми салатами. Просто хотелось нестандартности.

САЛАТ ПО-КОРЕЙСКИ ОТ ВИОЛЫ

Виола — друг, профи, умница, экзотический позитив, человек-праздник. Ходячее доказательство, что ничего невозможного нет. В нее нельзя не влюбиться, как, в принципе, и в ее салат. Приготовлен он был как-то к «шашлыкам» давным-давно. И с тех пор без него, как и без Виолы, не обходятся ни одни «шашлыки». Кинза у красотки всегда с собой.

Овощи и фрукты:
6 огурцов,
3 луковицы,
200 г стручковой фасоли,
50 г ростков сои

Травы и специи:
зелень кинзы, кунжут

Другое:
соевый соус,
растительное масло

Очистить огурцы от кожуры, удалить семена и нарезать.

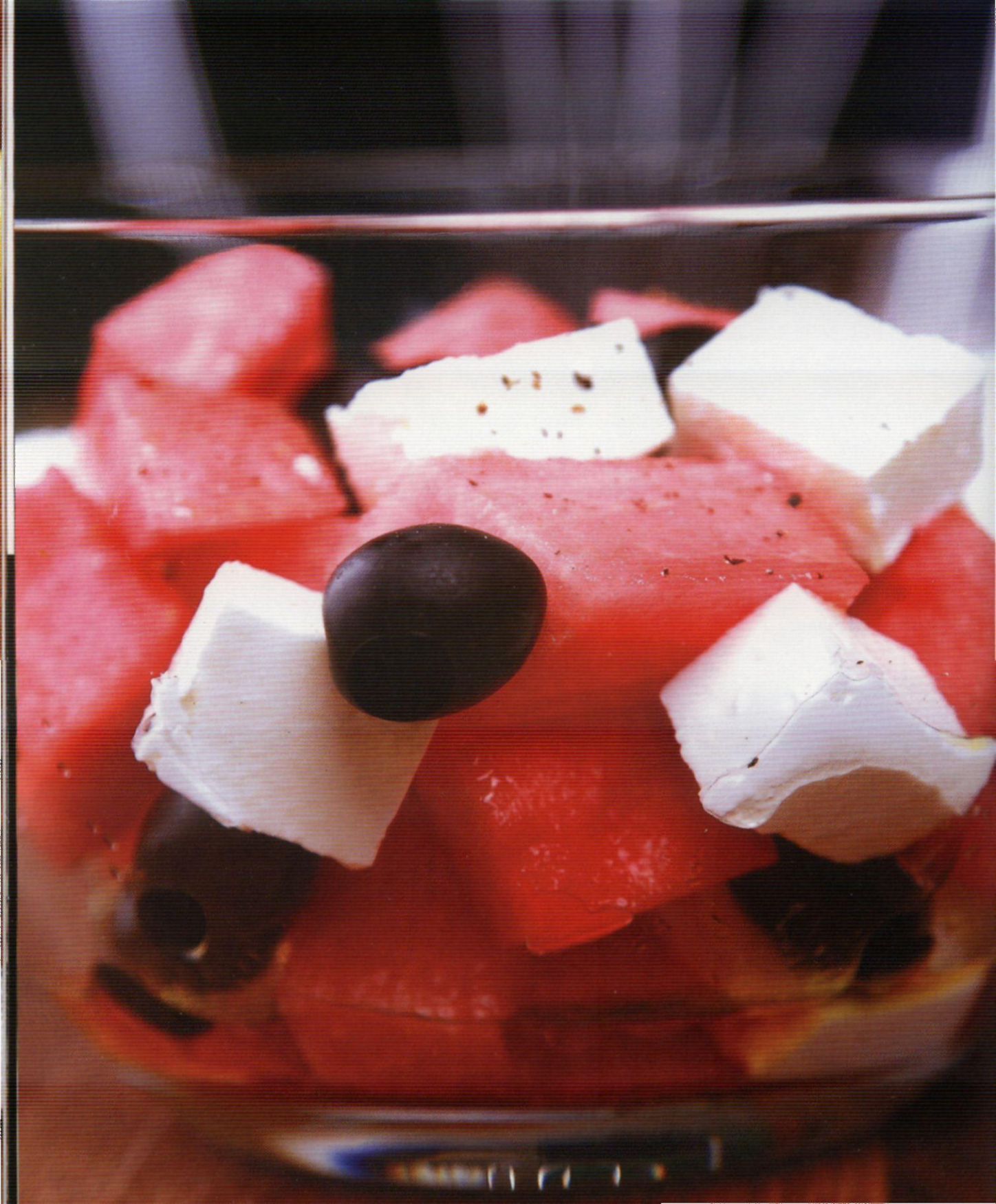
Почистить лук, нарезать его полукольцами и обжарить на растительном масле. Добавить стручковую фасоль, обжарить ее с луком до мягкости.

Порубить зелень кинзы.

Поджарить кунжут на сухой сковороде.

Смешать огурцы, кинзу, кунжут, лук, стручковую фасоль и ростки сои. Заправить соевым соусом.

Фишка: он очень вкусен, когда совсем-совсем свежий.



ЛЕТНИЙ САЛАТ С АРБУЗОМ И ФЕТОЙ

Это блюдо за свою пока еще недолгую, но славную жизнь уже заслужило особую награду. А именно — звание самого оригинального, которое ему присвоил автор любимой нами книги «Русская кухня в изгнании» Петр Вайль. Дело было в славном городе Львове. На творческом вечере Петра Вайля в замечательном ресторане «Дарвин» состоялся конкурс рецептов, представленных гостями. И жюри, которое возглавлял известный писатель, единогласно признало наш салат с арбузом и фетой самым необычным. Мы с этим полностью согласны. И, пользуясь случаем, благодарим Петра Вайля за подаренные нам книги с автографом.

Овощи и ягоды:
7_4 арбуза,
1 банка маслин

Травы и специи:
черный перец

Другое:
300 г феты,
оливковое масло

Вырезать мякоть арбуза и удалить из нее косточки. Нарезать крупными кусками и выложить в салатницу. Нарезать фету и высыпать поверх арбуза. Добавить маслины. Полить оливковым маслом и посыпать перцем.

Фишка: если на даче нет мельнички для перца — можно разбить его ножом. Для этого положи нож на горошины (плоской стороной и лезвием от себя) и со всей силы ударь по нему кулаком. Ручку ножа нужно придерживать другой рукой.

ПАШТЕТ из КОПЧЕНОЙ СКУМБРИИ

Скумбрия, особенно горячего копчения, — это очень вкусно. Но только на кухне с близкими друзьями под пиво. Паштет же автоматически приобретает «торжественный» статус, а следовательно, и вкус. В общем, для праздничного стола — на ура!

Главное:
2 скумбрии горячего копчения,
$^{2}/_{3}$ стакана жирных сливок,
1 ст. л. творога

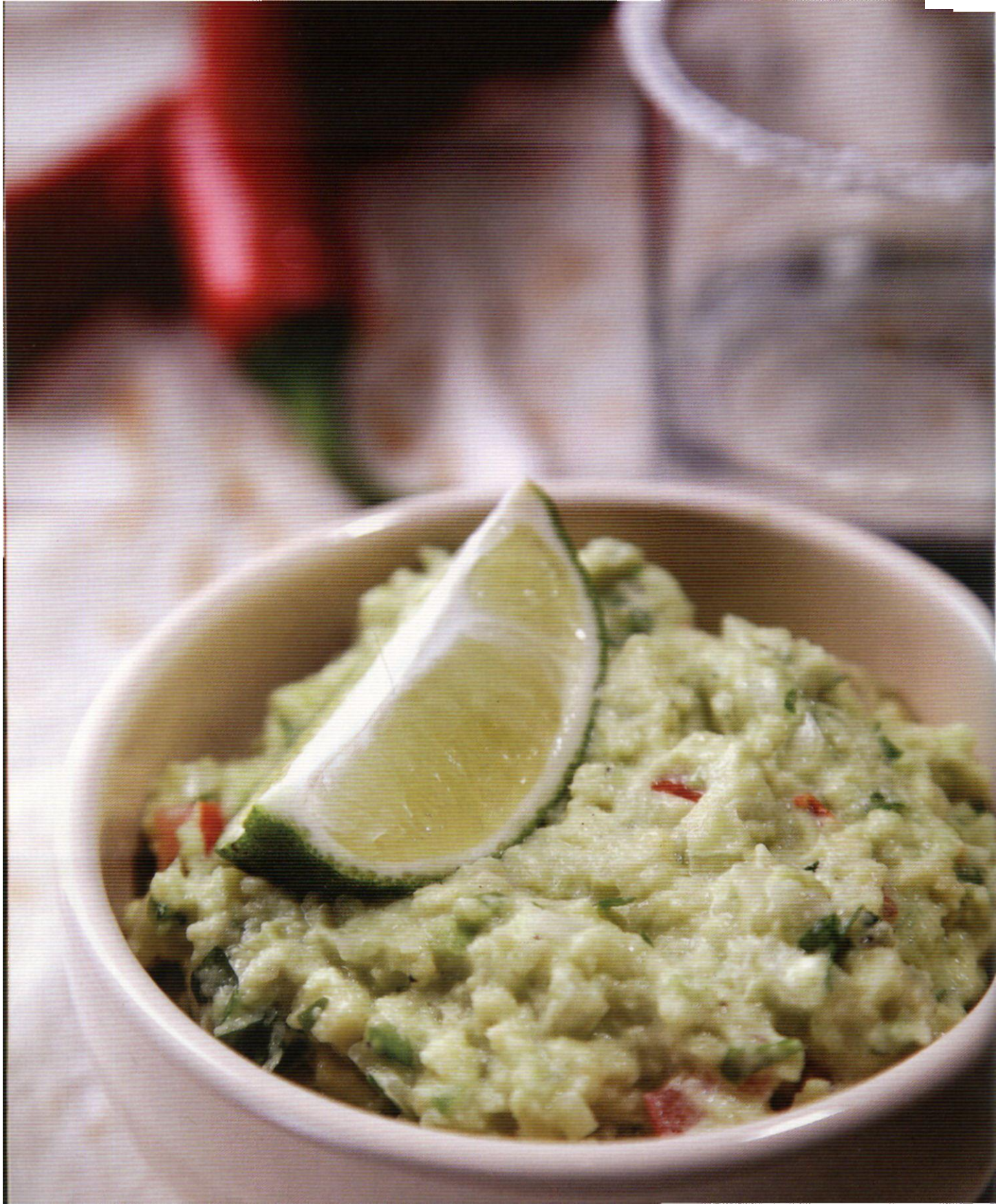
Овощи и фрукты:
1 лимон,
8 корнишонов

Травы и специи:
соль,
свежемолотый черный перец

Инвентарь:
блендер

Очистить филе от костей. Натереть цедру лимона на мелкой терке. Бросить в блендер филе рыбы, добавить сливки, творог, корнишоны, цедру и сок лимона, соль и перец. Взбить до однородного паштета. Подавать с поджаренными тостами.

Фишка: можно подавать на праздничный стол с лимонным маслом. В мягкое сливочное масло добавить цедру и сок лимона, выложить на кухонную пленку и свернуть в колбаску. И в морозильник. Колбаску нарезать, и выйдет порционное лимонное масло.



ГУАКАМОЛЕ

Авокадо — это настоящая находка. Теперь его продают даже в самых заштатных магазинах. А отличить подходящий авокадо очень просто — он должен быть мягким, но зеленым, без коричневых пятнышек. И когда его потрясешь, можно услышать стук косточки внутри.

Овощи и фрукты:
2 авокадо,
1 маленькая луковица,
1 маленький помидор

Травы и специи:
6 веточек кориандра,
сок 7_2 лимона

Другое:
соус табаско,
7_4 стакана сметаны

Разрезать авокадо пополам, удалить косточку и снять кожицу. Размять мякоть. Мелко порубить лук и помидор. Нарезать кориандр. Смешать мякоть авокадо, лук, помидор и кориандр. Добавить сок лимона и 2 капли соуса табаско. Перемешать. Подавать с кукурузными чипсами.

Фишка: Если тебе попался неспелый твердый авокадо, то его нужно завернуть в газетку, оставить вне холодильника и подождать пару дней. Это совет сеньора Окарансы Кастаньеды — посла Мексики в Украине.

СЭНДВИЧ С МОРКОВЬЮ И СЫРОМ

Необыкновенное сочетание сыра, морковки и зеленого лука было подсмотрено студенткой Малаховой во время ее стажировки в роли посудомоечной машины в кафе «Абсолютли Фабюлос». Умудренные опытом хозяева «Совершенно Великолепного» кафе точно знали, что это блюдо расходится еще до обеда.
Так что именно с «Аб Фаба» и начался карьерный рост одного из авторов этой книги. Морковки катастрофически не хватало — поэтому все посудомоечные ресурсы были стратегически направлены на очистку и измельчение столь полезного овоща.

Главное:
тосты,
200 г твердого сыра

Овощи и фрукты:
2 моркови,
3 стебля зеленого лука

Травы и специи:
соль, перец

Другое:
1 стакан майонеза

Натереть на крупной терке сыр. Почистить и натереть на крупной терке морковь. Порубить лук. Смешать сыр, морковь, лук, майонез, соль и перец. Подавать на слегка обжаренных тостах.

Фишка: можно брать сыры разных цветов.

БОЧЕЧКИ ИЗ ФАРШИРОВАННЫХ ПОМИДОРОВ

Для нас они отождествляют Италию. Ну, во всяком случае, ее флаг. Хотя и ингредиенты, как ни крути, итальянские, но в Украине уже не в новинку.
Одно из любимых блюд красавчика режиссера Лидера.

Главное:
6 средних помидоров,
6 полосок бекона

Травы и специи:
соль, перец,
сушеный базилик,
орегано,

веточки розмарина

Другое:
6 беби-моцареллок,
оливковое масло

Инвентарь:
форма для выпекания

Вырезать у помидоров серединки, удалить семена и перепонки. Обернуть помидоры полосками бекона и закрепить их веточками розмарина. Посыпать травами серединку, посолить и поперчить. Вложить в каждую бочечку шарик моцареллы. Запечь в духовке, чтобы сыр расплавился, а бекон «загорел».

Фишка: мы иногда заменяем помидоры баклажанами и цукини.

РУСЛИ

Придумывали смешно. Был селедочный спонсор программы, для которого хотелось сочинить что-то «эдакое». Времени в сценарии оставалось немного, поэтому «эдаким» стало название, оно венгерское и означает «селедка». Так что нам оставалось всего лишь домыслить оригинальный рецепт.

Главное:
3 филе селедки

Овощи и фрукты:
1 луковица,
1 болгарский красный перец

Травы и специи:
1 пучок укропа

Нарезать луковицу кружочками, осторожно вынуть кольца лука. Перец очистить от семечек и нарезать соломкой. Филе селедки нарезать крупными кусками. В каждый кусочек селедки завернуть веточку укропа и кусочек перца, сверху надеть кольцо лука. Красиво выложить на тарелке.

Фишка: колечки лука должны быть примерно одинакового размера. Так что запасайся луком.

КАСАДИЯ

Ее мы готовили на пилот кулинарной программы тогда еще без названия. «Картата Потата» вообще как название всерьез не воспринималось. А вот касадия произвела неизгладимое впечатление на руководство канала — простая, оригинальная, доступная, к тому же название не спутаешь ни с чем. Так родилась и сама философия программы с простым, оригинальным, доступным названием «Картата Потата».

Главное:
1 банка консервированной фасоли,
200 г твердого сыра

Овощи и фрукты:
1 луковица

Травы и специи:
соль, перец

Другое:
1 тонкий лаваш,
растительное масло

Инвентарь:
блендер

Нарезать лук, обжарить его на растительном масле. Натереть сыр. В блендер забросить фасоль, лук, добавить соль, перец, хорошо все измельчить. На кусочки лаваша намазать смесь, посыпать тертым сыром, сложить вдвое и обжарить на сухой сковородке, чтобы сыр расплавился.

Фишка: если ты любишь блюда поострее, добавь в касадию один перчик чили.

ФАРШИРОВАННЫЙ ЛУК С БЕКОНОМ И СЫРОМ

Если иногда нужно подумать, стоит ли заморачиваться с рецептом, то тут думать не надо — стоит. В итоге выйдет невероятно ароматное суфле. И даже те, кто на дух не переносит лук в любых его проявлениях, были замечены за поеданием этого блюда. Истинное наслаждение.

Главное:
150 г бекона,
6 длинных полосок бекона,
200 г сыра,
250 г сливок

Овощи и фрукты:
6 крупных луковиц

Травы и специи:
6 веточек розмарина,
соль,
перец

Другое:
растительное масло

Инвентарь:
форма для выпекания

Срезать у луковиц верх и низ так, чтобы получился бочонок. Опустить луковицы на несколько минут в кипяток. Вынуть и ополоснуть холодной водой. Аккуратно достать серединки, оставив по два внешних кольца.

Натереть сыр. Нарезать кусок бекона.

Мелко нарезать серединки луковиц, обжарить на сковороде. Добавить нарезанный бекон, обжарить его, добавить также сливки и тертый сыр (оставь 7_4 часть сыра), соль и перец, хорошо перемешать. Снять с огня.

Заточить веточки розмарина с одного конца. Каждый луковый бочонок обернуть полоской бекона и закрепить шпажками из розмарина. Смазать форму для выпекания маслом, Выложить в формы бочонки, в середину каждого бочонка влить соус. Посыпать сыром. Поставить запекаться в духовку при температуре 130 °С на 20 минут.

Фишка: можешь приготовить постный вегетарианский вариант этого блюда, только с *овощами.* Для особого аромата добавь в начинку чернослив.

СУПЫ. СОУСЫ

Помнишь, в начале нашего дневника Таня, отвечая на вопрос, почему мы занимаемся кулинарией, пообещала тебе кулинарное путешествие. Можешь не торопиться в туристическое агентство. Отправиться в гастрономический вояж мы предлагаем тебе вместе с рецептами.

Совершенно случайно у нас получилась подборка из разных местностей: европейский крем-суп из кабачков, французский луковый суп, венгерская уха, итальянский минестроне, испанский гаспачо и одесский бульон с блинами.

Та же туристическая история произошла и с соусами: немецкий апфель-крим, английский клюквенный, итальянский песто, французский бешамель, американский барбекю и мексиканская сальса.

Прелесть таких кулинарных путешествий в том, что тебе не нужно *цолго томиться* в самолете в поисках новых вкусов. Благодаря импорту в продуктовых контейнерах любая страна приезжает в гости сама. Тебе остается только выбрать, где ты хочешь сегодня поужинать.

СУП-ПЮРЕ ИЗ КАБАЧКОВ

Возможно, это один из самых неожиданных рецептов в нашей книге. Вроде, ингредиенты бывают и поэкстравагантнее, но вкус и цвет этого «неожиданного супа» действительно удивляют. На первый взгляд, довольно нейтральные кабачки в компании творога и сливок превращаются в прекрасный суп. По вкусу он напоминает крем-суп из белых грибов. Суперобед для детей.

Овощи и фрукты:
1 кг небольших
зеленых кабачков

Травы и специи:
2 зубка чеснока,
базилик,
соль,
перец

Другое:
4 ст. л. творога,
750 мл горячего молока,
оливковое масло

Инвентарь:
блендер

Нарезать кабачки. Обжарить их на оливковом масле.
Порубить чеснок и добавить к кабачкам. Обжарить в течение 20 минут, помешивая.
Переложить все ингредиенты в блендер, долить молоко, посолить, поперчить и измельчить.
Оливковое масло и рубленый базилик подавать к супу отдельно.

Фишка: сделай к этому супу крутоны: поджарь тосты, натри их чесноком и нарежь на небольшие квадратики.

ЛУКОВЫЙ СУП С СЫРНЫМИ ТОСТАМИ

Так, давай сразу определимся: если в гости придут новая подружка старого друга или новый друг старой подружки — нужно выяснить их отношение к этому французскому королю овощей. Если отношение неоднозначное — приготовь еще второй суп из этой книжки. Во-первых, потому что французский луковый суп обязательно стоит попробовать, во-вторых, потому что два супа на выбор — суперкруто, а в-третьих — всего два супа, и легенды о твоем гостеприимстве дойдут до границ Франции.

Главное:
1 литр куриного бульона,
75 г твердого сыра

Овощи и фрукты:
6 больших луковиц

Травы и специи:
2 зубка чеснока,
соль,
перец

Другое:
7_2 стакана белого сухого вина,
сливочное масло,
2 ст. л. муки,
4 ст. л. мадеры,
12 кусочков багета

Инвентарь:
порционные горшочки

Мелко нарезать лук и поджаривать его на сливочном масле, пока он не карамелизуется. Добавить давленый чеснок и муку, тщательно перемешать. Влить вино и бульон. Когда суп закипит, посолить и поперчить. За 15 минут до готовности влить мадеру и проварить все на маленьком огне.

Багет разрезать на порции и подсушить в духовке. Натереть сыр и посыпать тосты тертым сыром.

Перелить суп в горшочки, на каждую порцию сверху положить багет и поставить в духовку на несколько минут, пока сыр не расплавится и не запечется.

Фишка: пригласи на это блюдо своих французских друзей и подавай его в классических украинских глечиках.

УХА по-тисски

Суп-мечта для отдыха на свежем воздухе. Все с удовольствием будут помогать вам в приготовлении. А к вечеру съедят божественную уху всю до последней капли. Поэтому казан лучше брать 20-литровый.

Главное:
250 г сала,
4 карася,
1 филе сома

Овощи и фрукты:
1 луковица,
6 картофелин,
2 моркови,
1 соцветие кольраби,
2 стебля сельдерея

Травы и специи:
8 ст. л. паприки,
1 перец чили,
соль,
перец

Другое:
4-5 л воды

Инвентарь:
казан,
мелкое сито

Нарезать сало и поджарить его в казане. Добавить мелко рубленый лук и обжарить. Когда лук станет золотистого цвета, добавить паприку, хорошо размешать и влить воду.

Почистить и нарезать картофель, морковь, кольраби и сельдерей. Добавить в уху сначала картофель и морковь, а через 20 минут кольраби и сельдерей.

Карасей промыть и, когда овощи станут мягкими, бросить в уху. Добавить перец чили, накрыть крышкой и варить, пока овощи и рыба не размягчатся.

Снять казан с огня. Вынуть овощи и рыбу из казана и перетереть все через мелкое сито. Добавить в казан это пюре, долить воду и поставить на огонь.

Нарезать филе сома, опустить его в уху, добавить соль, перец и варить до готовности рыбы.

Фишка: очень важно не пережарить паприку, потому что иначе она будет горчить.

paprika
különleges

МИНЕСТРОНЕ

Классический итальянский суп.
Думаем, это самое лучшее его представление.

Главное:
2 литра бульона,
8 кусочков бекона,
50 г спагетти,
50 г тертого пармезана

Овощи и фрукты:
3 стебля сельдерея,
1 соцветие брокколи,
2 луковицы, 1 цукини,
8 стручков спаржевой фасоли,
1 сладкий перец,
1 морковь,
2 картофелины,
1 банка помидоров без кожицы

Травы и специи:
2 зубка чеснока,
сушеный орегано, розмарин, базилик, соль, перец

Другое:
растительное масло

Разогреть растительное масло в кастрюле. Порезать мелко лук, чеснок и бекон и обжарить в масле. Добавить нарезанные кусочками стебель сельдерея, соцветия брокколи, цукини, перец, спаржевую фасоль, морковь и картофель. Обжарить, помешивая, пока овощи не станут мягкими.
Добавить помидоры с соком. Посолить, поперчить. Приправить орегано, розмарином и влить бульон.
Всыпать спагетти, проварить 10 минут. Добавить рубленый базилик. Подавать, посыпав сверху каждую порцию минестроне тертым пармезаном.

Фишка: веточку розмарина стоит добавить целиком, чтобы потом не жевать розмариновые иголки. После того как суп готов, ее можно достать.

TABASCO

ГАСПАЧО

Испанская окрошка.

Овощи и фрукты:
3 помидора,
2 огурца,
1 луковица,
1 зеленый сладкий перец

Травы и специи:
мята,
2 зубка чеснока,
соль,
перец

Другое:
$У_2$ стакана томатного сока,
1 стакан воды со льдом,
2 ст. л. красного винного уксуса,
4 ст. л. оливкового масла,
$У_2$ батона

Инвентарь:
блендер

Сначала придется удалить кожицу с помидоров. Для этого нужно надрезать каждый помидор накрест. Бросить овощи в кипяток на 1 минуту и ополоснуть холодной водой. После чего легко и просто «раздеть» помидоры.

Очистить огурцы. Нарезать мелко помидоры, огурцы, лук и перец. Добавить мелко рубленую мяту.

Разделить смесь овощей на две части, одну забросить в блендер и измельчить. Соединить мелко размолотую часть и рубленые овощи опять. Добавить томатный сок, измельченный чеснок, соль, перец и перемешать. Влить воду со льдом, винный уксус и оливковое масло.

Нарезать батон и обжарить его. Натереть каждый гренок чесноком. Такие тосты можно подавать к гаспачо отдельно или нарезать кубиками и добавить в каждую тарелку супа.

Фишка: идеальный вариант, если ты хочешь похудеть перед поездкой в Испанию.

БУЛЬОН С БЛИНАМИ

Это блюдо на все сто можно считать «спямзенным» у одесского ресторана. Как-то Чаба приехал из командировки и рассказывал об очень вкусном бульоне с блинчиками. Правда, курицу пришлось заменить на петуха — так вкуснее.
Рецепт прижился на нашей киевской кухне, а командировки в Одессу больше не повторялись. Возможно, это просто совпадение…

Главное:
1 петух

Овощи и фрукты:
2 стебля сельдерея,
2 моркови

Травы и специи:
черный перец горошком,
лавровый лист,
соль

Другое:
3 л воды

Для блинов:
5 г дрожжей, $^1/_2$ стакана молока, сахар, 2 стакана муки, 1 яйцо, щепотка соли, растительное масло

Залить петуха холодной водой и поставить вариться. Когда вода закипит, аккуратно снять пену, проварить на небольшом огне в течение 90 минут. Добавить овощи, соль, перец, лавровый лист и варить на маленьком огне до готовности птицы.
Сделать блины. Для этого развести дрожжи небольшим количеством молока, сахара и муки. Когда они набухнут, добавить оставшиеся муку, молоко, а также яйцо, соль, сахар и масло. Дать тесту еще раз подойти. Пожарить блины. Скрутить, пока они еще теплые, рулетиками.
Из готового бульона вынуть овощи и птицу, нарезать на порции в каждую тарелку. Влить бульон. Нарезать рулетики из блинов тонкими кусочками и добавить в бульон.

Фишка: блины нужно добавлять в последнюю минуту, чтобы они не разлезлись.

СОУСЫ

Любой соус из этой главы способен дополнить вкус многих любимых тобой блюд. Нам нравится сочетание перепелов с клюквенным соусом, свиной рульки с апфель-кримом, а мексиканских блюд — с сальсой… Используй полоски с соусами как закладки к понравившимся тебе блюдам этой книги. И два рецепта сразу будут у тебя под рукой.

Соус бешамель

Сливочное масло, мука, молоко, твердый сыр, соль, перец, мускатный орех

Инвентарь: венчик для взбивания

В сотейнике растворить сливочное масло. По маленькой ложке добавлять муку, постоянно помешивая венчиком, чтобы не было комков. Когда масло с мукой загустеет, варить, помешивая, чтобы мука немного зарумянилась.
Тонкой струйкой влить в сотейник молоко. Взбивать соус венчиком, подогревая его на маленьком огне. В конце добавить соль, сыр, перец, мускатный орех, перемешать и снять с огня.

Апфель-крим

2 корня хрена, 1 антоновка, 1/2 луковицы, перец, соль, 2 ст. л. сметаны, холодная вода

Инвентарь: блендер

Этот классический соус немецкой кухни — замечательное сопровождение к свиной рульке и другим сытным мясным блюдам.
Хрен предварительно нужно замочить в воде на 3-4 часа, идеально — на ночь. После этого очистить и натереть на мелкой терке. Влить немного воды, чтобы получилась кашица. Воду сразу после измельчения хрена надо вливать для того, чтобы он не потемнел.
Почистить и натереть на терке яблоко. Нарезать лук.
Смешать с хреном лук и яблоки, закинуть смесь в блендер и измельчить.
Заправить сметаной, солью и перцем по вкусу. Перемешать.
Даша любит добавлять ложечку горчицы с зернышками.

Соус барбекю

Соевый соус, томатный соус, сок 1 апельсина, мед, паприка

Смешать все составляющие. Чем больше томатного соуса ты используешь, тем гуще получится соус. Жидкий подойдет для маринада, а густой — как дополнение к жареной картошке.

Клюквенный соус

200 г клюквы, 100 г сухого красного вина, 2 ст. л. сахара, соль

Инвентарь: сито

Чтобы сделать вкусный соус к мясу и птице, нужно залить клюкву на 1-2 минуты кипятком. Когда ягоды размякнут, перетереть их через сито. Вылить клюквенное пюре в сотейник, добавить вино, *сзхар* и соль. После этого уваривать 10-15 минут, чтобы соус загустел, и остудить.

Сальса

Красный сладкий перец, перец чили, помидоры, ялтинский лук, кинза, томатная паста или соус, соль, перец, лимонный сок и немного оливкового масла

Инвентарь: противень

Пробланшировать помидоры, снять с них кожицу. Удалить семена и мелко нарезать. Запечь перцы в духовке. Печеный перец положить на несколько минут в полиэтиленовый пакет чтобы он «вспотел», — после этого легче будет снять с него кожицу.
Мелко порубить лук и кинзу. Снять с перцев кожицу, удалить семена и перепонки, мелко нарезать. Смешать помидоры, лук, перец, добавить томатную пасту или соус, соль, перец, лимонный сок и оливковое масло. Перемешать.

Песто

3 пучка базилика, 1 щепотка кедровых орешков, 4 зубчика чеснока, 75 мл оливкового масла, 150 г пармезана, сок 1 лимона, соль

Инвентарь: блендер

Почистить чеснок, натереть на мелкой терке пармезан. Смешать в блендере базилик, кедровые орешки, зубки чеснока, оливковое масло и тертый пармезан. Добавить сок лимона, соль и перемешать. Хранить в холодильнике в плотно закрывающейся банке.

ГАРНИРЫ

Мы решили, что эта глава будет одой картофелю. Исключением стал лишь теплый салат, который мы тоже очень любим. Самый грустный гарнир в мире — картофельное пюре из школьной столовой, приготовленное на воде, с незабываемой «холодной волной», созданной алюминиевой ложкой. Поэтому нам очень хотелось показать, что из картофеля можно приготовить не просто гарниры, но и чудесные полноценные блюда.

Короче говоря, все гарниры мы делим на «простые» и «сложные». «Простые» ты узнаешь по таким признакам: для их приготовления тебе понадобятся вода, соль и масло. Они никаких особенных манипуляций не требуют, А вот «сложными» гарнирами могут быть практически любые блюда, где мясные и рыбные продукты не являются основными.

Гарнир — твой друг и помощник. Он подчеркивает и оттеняет вкус *основного* блюда, а не служит советско-столовским способом увеличения порции.

В общем, принцип такой: чем больше ты экспериментируешь с гарнирами, тем более продвинутым кулинаром считаешься. К примеру, подавая курицу в компании фруктового салата, ты автоматически становишься шеф-поваром ресторана с кухней «фьюжн».

Также хотим привлечь твое внимание к огромному овощному разнообразию на рынках и в магазинах. В принципе, этому можно было бы посвятить отдельную главу. Так как каждый раз, когда мы наведываемся на рынок, убеждаемся, что нет лучшего гарнира, чем хорошие свежие овощи, приготовленные несложно. Тем более что их просто невероятное множество.

Вот наши любимчики: фенхель, шпинат, цикорий, сельдерей, топинамбур, шалот, порей, горошек, потаты, острый и сладкий перец, брокколи, артишоки, спаржа и многие другие. Спрашивай их на рынке, и тебе гарантирован достойный гарнир.

ТЕПЛЫЙ САЛАТ ИЗ ФАСОЛИ И ШПИНАТА

Невероятно полезный, но непривычный салат. Пока ты не решишься его приготовить — не сможешь стать его настоящим поклонником. Подай его на гарнир к белой рыбе. Бокал Рислинга, в телике твой любимый фильм с DVD — скорее всего, ты совсем не будешь жалеть, что пропускаешь боулинг со своими коллегами. Ведь абсолютно понятно, что завтра твой цвет лица будет куда лучше, чем у твоих коллег после пива. Шпинат невероятно хорош для здорового цвета лица. Утро вечера мудренее.

Овощи и фрукты:
300 г спаржевой фасоли,
300 г зеленого лука,
500 г шпината

Травы и специи:
соль, перец

Другое:
сливочное масло

Зеленый лук очистить, листья шпината перебрать, но не резать. В широкой сковородке распустить масло. Обжарить в нем фасоль. Когда она станет мягче, добавить целые перья лука и листья шпината. Посолить, поперчить. Перемешать, довести до готовности и подавать горячим.

Фишка: в последнюю минутку можно добавить жиденький пучок кинзы, вкус салата полностью изменится.

КОРНЕПЛОДЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ В ФОЛЬГЕ

Казалось бы, нет ничего более прозаичного, чем пропаренные овощи. Но только не в нашем дневнике, они ведь пропаривались в вине со специями.
Однако если захочешь добавить это блюдо в свое постное меню, вино, пожалуй, лучше временно заменить водой. А вот добавив чернослив, овощам можно придать копченый аромат.

Овощи и фрукты:
2 моркови,
1 свекла,
2 репки,
1 корень сельдерея,
1 корень пастернака,
1 брюссельская капуста,
4 клубня топинамбура

Травы и специи:
семена укропа, соль

Другое:
100 мл белого сухого вина,
50 г сливочного масла

Инвентарь:
фольга, противень для выпекания

Почистить и нарезать средними кусками овощи. Из фольги сделать мешочек, в который вложить все овощи. Посолить, влить белое вино, положить кусочками сливочное масло, посыпать семенами укропа. Плотно закрыть мешочек и поставить в духовку на 1 час при температуре 175 °С

Фишка: очень вкусно пропаривается тыква.

ПЕЧЕНАЯ КАРТОШКА С НАЧИНКОЙ. ДЕДУШКИН РЕЦЕПТ

Почему этот рецепт попал именно в этот раздел? Картошка — гарнир, а вот сосиски в томатном соке — уже дедушкин рецепт. Просто очень хотелось поместить сюда рецепт печеной картошки. Нам кажется, это просто чудесный гарнир. Ну а с сосисками мы готовили такое блюдо на программе, и вышло очень вкусно. Вот и оставили как есть.

Главное:
12 охотничьих сосисок,
300 г твердого сыра

Овощи и фрукты:
6 картофелин,
2 крымские луковицы

Травы и специи:
смесь сухих трав, соль, перец

Другое:
$У_2$ л томатного сока,
2 ст. л. уксуса,
растительное масло

Инвентарь:
фольга,
шампуры,
гриль или угли,
казан

Картофель помыть и проколоть вилкой в нескольких местах. Поставить в микроволновую печь на 10 минут.

После этого каждую картофелину смазать растительным маслом, посолить и посыпать смесью сухих пряных трав. Завернуть в фольгу и положить в угли запекаться.

Охотничьи сосиски нанизать на шампуры и обжарить на гриле или на углях. После этого налить в казан томатный сок, бросить туда сосиски и поставить их вариться в соке.

Лук нарезать тонкими полукольцами, добавить соль, перец и уксус и хорошо помять, чтобы лук пустил сок.

Натереть сыр. Достать готовый картофель, снять фольгу. Картофель разрезать на две части, раскрыть и положить начинку — тертый сыр и по 2 сосиски. Подавать с луком.

Фишка:такую картошку можно приготовить какотдельный гарнир, просто разрезав накрест, слегка выдавив мякоть наружу и положив сверху ложечку жирной сметаны или масла. А можно на обед подавать с серьезными начинками — креветки, салат из яиц с шнитом, лососевыми брюшками.

КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С ЧЕСНОКОМ

Это как бы идея о том, как можно разнообразить приевшееся всем пюре. Но даже обычное пюре требует очень серьезного подхода. Самое главное — выбрать сорт рассыпчатой картошки. В этом заложено 95% успеха. Похоже, нет такого кулинара, который не сварил бы «клейстер» и только потом не понял, что с картофелем на компромисс идти не стоит.

Овощи и фрукты:
10 картофелин

Травы и специи:
1 головка чеснока,
соль

Другое:
2 ст. л. сметаны,
сливочное масло

Инвентарь:
мялка для картофеля,
маленькая форма
для выпекания

Почистить и поставить вариться картофель, добавив соль. Разрезать головку чеснока пополам и запечь ее в духовке. Когда картофель сварится, слить воду. Добавить сметану, сливочное масло и выдавить запеченные зубки чеснока. Хорошо взбить в однородную массу.

Фишка: ой, у пюре просто куча фишек! Можно добавить сметану, а можно сливочное масло. Можно молоко и даже яйца. Но пюре с карамелизированным луком, запеченным чесноком, песто (стр. 153-154) или просто мускатным орехом и сыром — вкуснее всего.

ТЕСТО

Само слово «тесто» — располагающее, уютное, домашнее, комфортное. Тесто имеет особый статус в кулинарии. Не говоря уже о кондитерке (потому что здесь оно является безусловным лидером), в современной кулинарии его наконец-то начинают ценить.

Уровень ресторана определяется тем, готовят ли там хлеб и пасту. Новомодные хозяйки все чаще любят «заморачиваться» с тестом, и это даже круто, что они прибегают к помощи хлебопечек. На улицах города и в супермаркетах открывают новые пекарни (где, по нашим наблюдениям, все больше симпатичных пекарей). Даже обычная сосиска должна быть благодарна тесту за то, что стала знаменитой «киевской перепичкой».

И в этой главе мы хотели бы развеять миф о сложности приготовления теста. Поверь нам, сколько мы в программе готовили тесто — ни разу оно нас не подвело. С другими блюдами иногда случались «казусы грандиозусы», а вот тесто как бы само старалось доказать нам, что с ним никаких проблем не бывает.

Так что мы не случайно его «очеловечиваем», и оно действительно живое — ведь в нем есть дрожжи либо ингредиенты, которые способствуют химическим реакциям. Нужно всего лишь понимать суть приготовления теста. Можно даже примерить фразу Малаховой о кулинарии к тесту: «Это смесь химии, физики и любви».

Подход к тесту такой же, как к ребенку. Его обязательно нужно накормить, уложить спать и избегать сквозняков. Сначала думать, а потом делать. Так что если ты один раз уже оставался дома с маленьким ребенком, при повторном визите твоего племянника ты точно не растеряешься. И, возможно, к приходу его родителей вы вместе испечете прекрасный пирог.

Наверное, тебя это удивит, но очень многие известные повара за свою профессиональную жизнь не выпекли ни одной буханки хлеба. Это связано, скорее всего, с тем, что прошлое кулинарное поколение проигнорировало возможность работы с таким благородным продуктом.

И хотя на какое-то время работать с тестом стало не модно, все равно мы хотим тебя заверить, что это суперстильно и круто. Есть в хлебе что-то созидающее и настоящее, даже духовное — может, потому что библейские корни этой удивительной еды были совершенно не коммерческими и связаны с верой…

КАРТОФЕЛЬНЫЙ ХЛЕБ

Раньше хорошим домом считали тот, в котором пахнет свежими хлебом и пирогами. С появлением современных и очень удобных хлебопечек наконец-то в наши дома снова возвращается мода печь хлеб — символ счастливого и уютного домашнего очага.

А что делать тем, у кого хлебопечек пока нет? Мы предлагаем тебе несложный и оригинальный рецепт картофельного хлеба. Уверены, всех твоих соседок настолько поразит аромат этого блюда, что они прибегут к тебе за рецептом.

Главное:
110 г сыра,
175 г муки,
1 пакетик разрыхлителя,
1 яйцо

Овощи и фрукты:
1 луковица,
3 пера зеленого лука,
1 крупный картофель

Травы и специи:
3-4 веточки тимьяна,
щепотка кайенского перца,
1 ч. л. горчицы, соль

Другое:
2 ст. л. молока, сливочное масло

Инвентарь:
сито,
бумага для выпекания,
противень

Нарезать лук и обжарить его на сливочном масле.

Просеять муку с разрыхлителем через сито. Добавить кайенский перец.

Очистить и натереть картофель на крупной терке. Добавить в муку картофель и жареный лук.

Натереть сыр, $Ч_{к}$ сыра бросить в муку. Смешать яйцо, молоко, горчицу и соль и вылить в муку.

Замесить тесто. Добавить рубленый зеленый лук. Еще раз замесить тесто, добавляя немного муки.

Сформировать хлеб. Застелить противень бумагой для выпекания, посыпать ее мукой. Выложить хлеб на противень. Сверху посыпать листиками тимьяна и оставшимся сыром.

Поставить в духовку выпекаться при температуре 160 °С на 40 минут.

Фишка: можешь авить в тесто свои любимые припра-вы, например, тмин

АНГЛИЙСКИЙ ПУДИНГ

У каждого из нас бывают в жизни моменты, когда хочешь чего-то сладенького, а готовить лень. Тогда этот рецепт подойдет как нельзя кстати.
А еще у нас бывают в жизни моменты некоторого безденежья. А нам неожиданно сваливаются на голову гости. И тогда тоже этот рецепт подойдет как нельзя кстати.
Один из самых интересных английских пудингов, как настоящий джентльмен, всегда придет тебе на помощь.

Основа:
7$_2$ кг белого
хлеба для тостов,
сливочное масло

Начинка:
изюм,
3 яйца,
2 желтка,
7$_?$ стакана сахара,
7.^ стакана молока,
7, стакана сливок,
ванильный сахар

Инвентарь:
форма для выпекания

Тосты смазать маслом, разрезать на треугольники и выложить в форму для выпекания. Сверху посыпать изюмом.
Взбить молоко, сливки, яйца, сахар и ванильный сахар в однородную массу. Залить ею тосты и поставить в духовку выпекаться при температуре 150°С на 30 минут.
После этого посыпать сверху сахаром и поставить под гриль еще на 10 минут.

Фишка: из сухофруктов не ограничивайся только изюмом, а в крем можешь добавить корицу.

ГРЕЧЕСКИЙ ТОРТ

У нас в стране блюда из кукурузы практически не готовят, хотя на полях выращивают ее достаточно много. Первое и последнее, что приходит в голову, это банош или мамалыга из кукурузной муки. Предлагаем тебе приготовить этот замечательный торт. Уверены, он покорит тебя и твоих гостей.

Тесто:
3 маленьких апельсина,
125 г измельченного миндаля,
175 г мягкого сливочного масла, ^
175 г сахара,
3 яйца,
250 г кукурузной муки,
корица,
-жидкий мед

Крем:
250 г нежирной сметаны,
фисташки

Инвентарь:
блендер,
форма для торта

Измельчить в блендере апельсины вместе с кожурой. Смешать в большой миске яйца, сахар. Добавить кукурузную муку, сливочное масло, миндаль, апельсины, корицу, мед. Испечь один корж. Остудить.
Сверху смазать сметаной, украсить фисташ^митй? полить медом.

Фишка: если найдешь для этого торта сицилийские апельсины — он превратится в торт-сказку.

ФАРШИРОВАННЫЙ ХЛЕБ

Классический итальянский хлеб интересен своим сочетанием пшеничной и кукурузной муки. Рецепт, который никогда тебя не подведет и произведет нужный эффект дома и в гостях.

Тесто:
30 г свежих дрожжей
или 21 г сухих,
30 г меда или сахара,
625 мл воды,
500 г пшеничной муки,
500 г кукурузной муки,
30 г соли,
немного муки для вымешивания.

Начинка:
вяленые помидоры

Инвентарь:
бумага для выпекания,
противень

Дрожжи смешать с половиной порции воды, меда и сахара, дать им подойти. Высыпать муку горкой, сделать в центре углубление и вылить в него дрожжи. Добавить соль, хорошо вымесить тесто. Дать ему подойти в теплом месте.
Тем временем нарезать вяленые помидоры небольшими кусочками. Замесить их в тесто и сформировать из теста хлебную буханку. Противень застелить бумагой для выпекания, посыпать ее мукой. Выложить хлеб, дать ему еще 10-15 минут подойти и выпечь в духовке.

Фишка: Если ты хочешь приготовить особенный праздничный хлеб, возьми вместо воды молоко. Также можешь вместо помидоров или с ними в компании использовать жареный лук, оливки, бекон и травы.

ХАЧАПУРИ

Как ты знаешь, все великие открытия совершались случайно. Это утверждение идеально подходит к нашим хачапури. Сначала мы планировали выпекать их в духовке. Пока рядом не оказался подготовленный гриль с тлеющими углями. План родился моментально: наши хачапури испеклись на решетке над огнем. Запах дымка и зажаренная корочка сделали их невероятно аппетитными.

Тесто:
700 г муки,
2 яйца,
соль
1 ч. л. соды,
Уз л кефира
Начинка*

300 г тертого сыра,
100 гмоцареллы

Инвентарь:
решетка,
гриль

Просеять муку и соду, добавить кефир, яйца, соль и замесить тесто. Разрезать его на 4 части и раскатать каждую толщиной в 5 мм. Выложить кусочки сыра на одну часть каждой лепешки, накрыть другой и залепить края. Проколоть хачапури вилкой и обжарить в гриле на решетке примерно по 2-3 минуты с каждой стороны.

Фишка: нам понравилось сочетание в начинке моцареллы и твердого сыра. Ты можешь экспериментировать с другими сырами — уверены, они придадут этому блюду новый вкус и аромат.

МАФФИНЫ

Маленькие и несложные в приготовлении кексики, как еще можно назвать маффины, спасут тебя в любой ситуации. Во-первых, это отличный завтрак. Подай их со стаканом молока ребенку, чашкой ароматного чая или кофе своему любимому. Их и будить не придется — сами прибегут на запах выпечки! Во-вторых, несколько свежих ароматных маффинов можно дать ребенку в школу. А в-третьих, это замечательный десерт. Приготовить маффины очень просто и быстро.

Тесто (на 12 порций):

2 стакана муки,
2 яйца,
1 стакан сметаны,
1 ст. л. разрыхлителя,
1 стакан сахара

Начинка:

1) белый шоколад и 50 г вишни;
2) 1 яблоко и корица;
3) мак и цедра лимона;
4) 100 г творога и инжир

Инвентарь:

формочки для маффинов или для маленьких кексов

Смешать все ингредиенты для теста. Хорошо вымешать до однородного состояния. После разделить на несколько частей и в каждую порцию отдельно добавить разные начинки.

В первую порцию бросить кусочки шоколада и вишню. Во вторую порцию добавить тертое яблоко и немного корицы на кончике ножа. В третью порцию замешать мак и цедру лимона. А в четвертую добавить творог и кусочки инжира.

С помощью ложки выложить тесто в формочки для маффинов и поставить в духовку выпекаться.

Фишка: фантазируй с начинками. Помни только о том, что если добавишь слишком много сочных фруктов, маффины могут получиться несколько вязкими.

ТРЮФЕЛЬ

Один из тех волшебных рецептов, которые всегда тебя спасут в экстремальной ситуации под названием «Гости будут через 5 минут». Трюфель настолько легко готовится, вкусен и производит впечатление, что пообещай угостить нас при встрече «рюмочкой чаю» за то, что мы раскрыли тебе секрет его приготовления. Кстати, с этим десертом надо быть осторожным — количество коньяка в нем явно повышает градусы вечеринки.

Основа:
$У_2$ кг маленьких кексов с изюмом

Начинка:
50 мл коньяка,
1 пакетик заварного крема,
1 стакан сливок,
2 ст. л. сахара,
изюм,
шоколад,
клубника

В форму покрошить кексы. Полить сверху коньяком. Заварить крем, как указано на упаковке, подождать, пока он загустеет. Взбить сливки с сахаром. Сверху на кексы высыпать изюм, полить заварным кремом и затем — взбитыми сливками. Украсить тертым шоколадом и клубникой. Поставить в холодильник настаиваться в течение часа.

Фишка: если есть под рукой, можешь добавить в трюфель и другие фрукты — будет очень вкусно.

ГРУША С ШОКОЛАДНЫМ СЕРДЦЕМ

Признаемся честно, это наш самый любимый рецепт. Потому что стопроцентное авторское изобретение. Потому что его может приготовить даже профан. Потому что груша получается очень красивая и вкусная (полюбуйся на фотографию этой красотки!). Потому что этот рецепт полностью соответствует нашим кулинарным принципам — быстро, необычно, вкусно и очень эффектно.

Главное:
6 груш,
6 конфет «Вечерний Киев»,
$У_2$ кг замороженного слоеного теста
ликер «Гран Марнье»
апельсиновый фреш

Инвентарь:
противень

Почистить груши, аккуратно вырезать сердцевину, не разрезая фрукты. Окунуть груши в ликер или сок. Вставить в серединку каждой груши конфету. Раскатать тесто и вырезать из него квадраты такого размера, чтобы можно было завернуть груши. Положить в середину каждого квадрата грушу, завернуть тестом и выложить на противень. Выпекать при температуре 175 ℃, пока тесто не зарумянится.

Фишка: а что, если тебе не ограничиться только грушей?

РОЛИ-ПОЛИ

Роли-поли — это, если переводить с украинского, «равлик-павлик». Правда, похоже? После первых морозов можно посвятить одну семейную прогулку с детьми сбору сладкой рябины, а потом совместному приготовлению желе. Ярко-оранжевого цвета, оно красиво выглядит, вкусное и очень полезное. Главное в этом рецепте — научиться скручивать готовый горячий бисквит в рулет. Все остальное — не большая премудрость.

РОЛИ-ПОЛИ

Роли-поли — это, если переводить с украинского, «равлик-павлик». Правда, похоже? После первых морозов можно посвятить одну семейную прогулку с детьми сбору сладкой рябины, а потом совместному приготовлению желе. Ярко-оранжевого цвета, оно красиво выглядит, вкусное и очень полезное. Главное в этом рецепте — научиться скручивать готовый горячий бисквит в рулет. Все остальное — не большая премудрость.

Тесто:
4 яйца,
1 стакан сахара,
1 стакан муки,
для взрослых —
25 мл коньяка

Желе:
1 кг ягод рябины,
1 кг сахара, вода

Инвентарь:
сито,
блендер,
бумага для выпекания

Самая вкусная рябина — та, которую успел прихватить мороз. Тогда она становится сладкой. Если вам невтерпеж приготовить роли-поли до морозов, соберите рябину и поставьте ее в морозилку — она станет не менее вкусной, чем мороженая на улице.

Итак, готовим желе. Для этого надо залить ягоды кипятком, чтобы они немного разморозились, и поставить их вариться. Когда они покипят минут 10-15, слить воду и еще раз залить кипятком. Благодаря этой смене воды рябина не будет горчить. Поставить ягоды на огонь и варить еще 20 минут. Процедить и перетереть их через сито. В перетертое желе добавить сахар в расчете 1:1. Поставить на плиту увариваться на маленьком огне. Когда желе загустеет, разлить его в банки, закрыть и остудить.

Приготовить бисквит: разделить желтки и белки. Взбить белки, добавить сахар и еще раз взбить в крутую пену. Отдельно взбить желтки. В белки добавить небольшими порциями муку, не переставая взбивать, и желтки. Аккуратно вымесить до однородной массы.

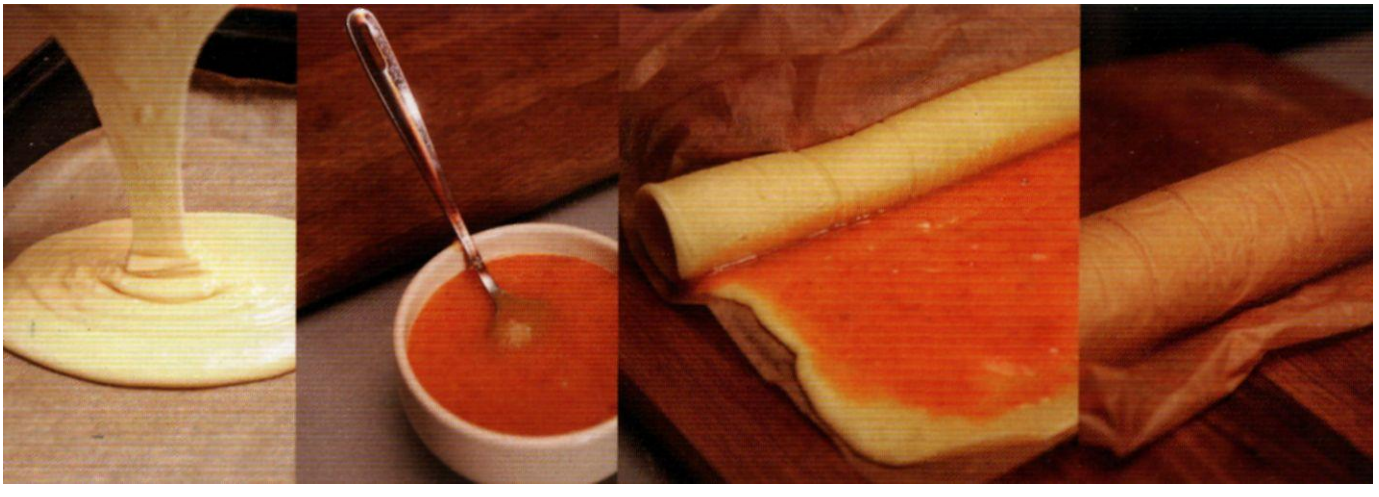
Для того, чтобы выложить кондитерской бумагой формы для выпечки, нужно приложить бумагу ко дну и очертить карандашом форму (у нас она нарисована штрихом). Отступить на 1 см и от руки начертить линию, по которой нужно отрезать бумагу. Сделать перпендикулярные надрезы в виде зубчиков. Теперь загнуть бумагу до линии, которая у нас нарисована штрихом.

Вырезать 2 полоски чуть выше размера стенок формы, чтобы защитить тесто от пригорания на стенках формы.

Выстелить противень бумагой для выпекания, выложить тесто, разровнять его ложкой, чтобы получился корж высотой примерно в 0,5 см. Испечь корж.

Пока бисквит горячий, смазать его сверху рябиновым желе, свернуть рулетом. Дать ему остыть и нарезать на порции. Бисквит для взрослых сбрызнуть сверху коньяком, а потом смазать желе.

Фишка: варенье может быть любым, главное в нем — совместный сбор ягод всей семьей. Ведь труд, как известно, объединяет. А детки очень любят принимать участие во взрослых делах.



КИШ

Киш — оригинальный пирог родом из Лотарингии. Особенности его приготовления в следующем: сначала из теста выпекается форма для киша, при этом внутрь формы засыпают рис или фасоль, чтобы он не деформировался, а уже потом добавляют начинку и допекают киш в духовке.

Тесто (на *2* киша):
3 стакана муки,
250 г сливочного масла,
1 ч. л. соли,
2 яйца,
3 ст. л. воды

Начинка:
ТО полосок бекона,
6 яиц,
100 г сметаны,
200 г твердого сыра,
1 помидор,
1 маленькое соцветие брокколи,
соль,
перец

Инвентарь:
форма для выпекания,
бумага для выпекания,
сухой рис- или фасоль

Сначала выпекается форма для киша. Для приготовления теста нужно смешать в миске муку, масло и соль. Добавить 2 яйца и воду. Хорошо вымесить тесто и поставить его на полчаса в холодильник.
После того как тесто охладится, раскатать его чуть больше формы для выпекания, выложить в форму, проколоть вилкой. Сверху положить вырезанную по форме бумагу для выпечки и засыпать рисом или фасолью. Поставить выпекаться в духовку при температуре 130 °С Через 10-15 минут достать из духовки, аккуратно вынуть бумагу с рисом или фасолью. Пока тесто выпекается, подготовь начинку: для этого нужно взбить яйца, добавить сметану, соль, перец, тертый сыр. Нарезать кружочками помидоры; Разделить брокколи на соцветия.
Из испеченных корзиночек для киша и начинки теперь самое время создать готовые киши: в одну запеченную корзинку надо выложить полоски бекона, залить начинку и сверху положить кружочки помидоров. В другую — соцветия брокколи и тоже залить взбитой смесью. Киши поставить выпекаться на 20 минут при температуре 175 °С.

Фишка: самый известный киш — лотарингский с морепродуктами. Можно использовать как начинку козий сыр, овощи, творог с зеленью, куриное филе.

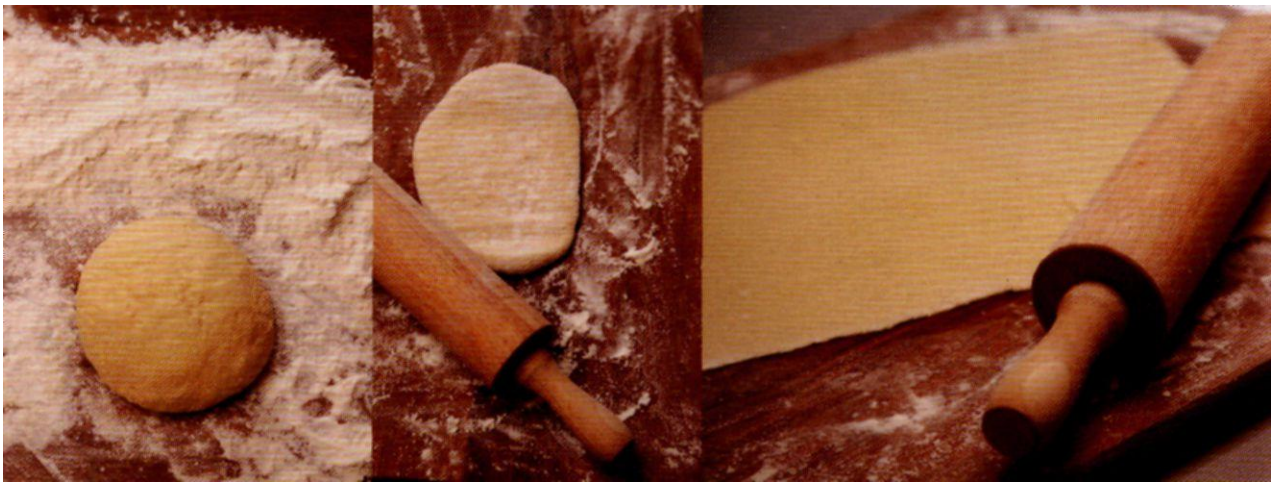
ПАСТА

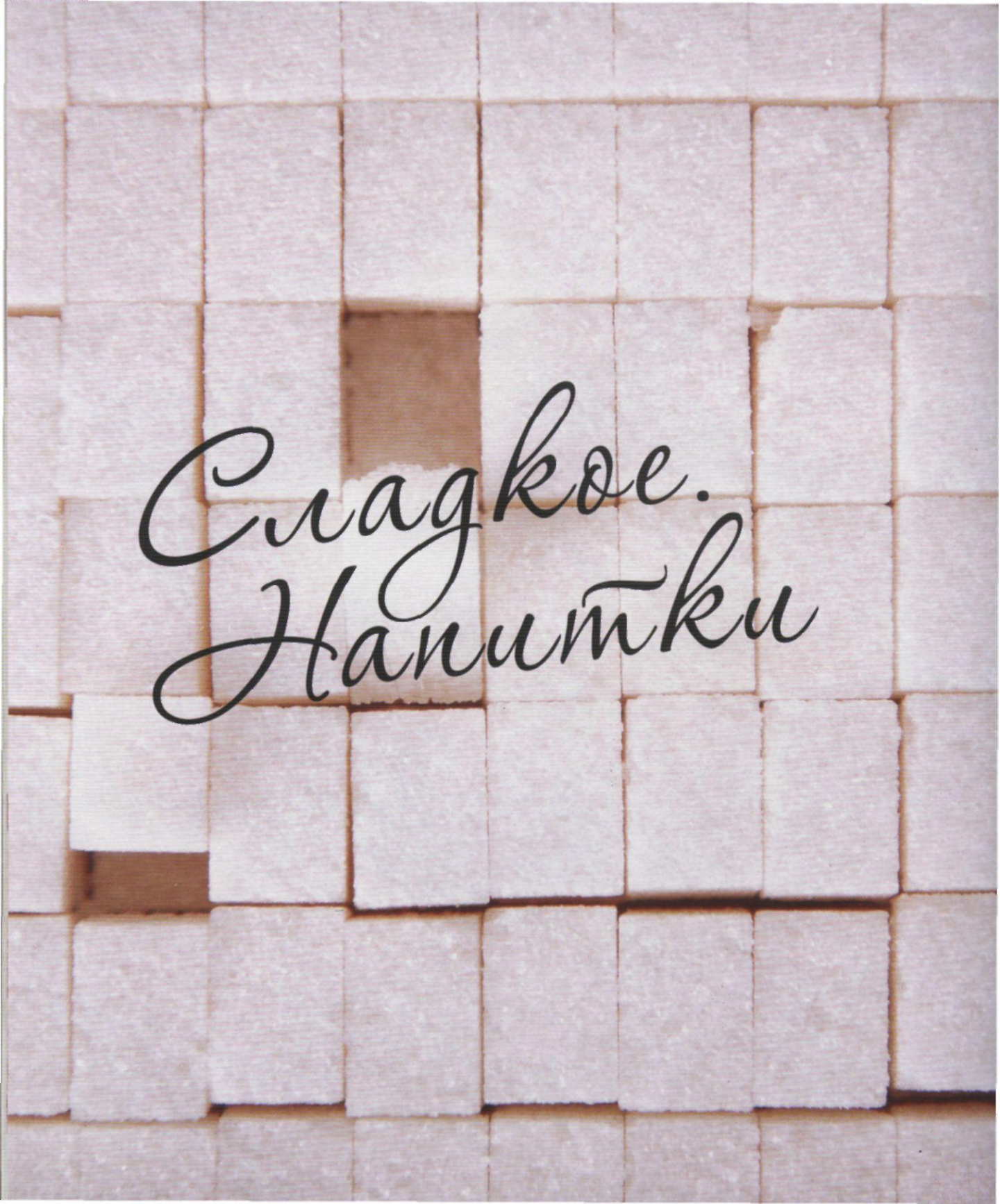
Раньше в Италии, стране, где макаронные изделия возведены в священный ранг, каждая умелая хозяйка готовила домашнюю пасту. Не один, а десятки ее видов. И развешивали подсушиться длинные полоски *пасты* на бельевых веревках. Украинки, как и итальянки, в старинку тоже умело делали макароны. Сегодня нет смысла готовить все вручную. Но твои близкие обязательно оценят потраченные усилия, если к воскресному обеду ты подашь им пасту собственного приготовления.

Тесто:
Мука грубого помола,
соль,
2 домашних яйца,
вода

Смешать муку с яйцом, солью, хорошо вымесить. Добавить по необходимости воду. Вымесить, чтобы тесто было однородным. Раскатать в тонкий слой. Вырезать из теста различные виды пасты. Присыпать их мукой. И сразу же готовить — варить или запекать.

Фишка: экспериментируй с разными сортами муки — попробуй использовать пшеничную грубого помола, ржаную, овсяную или гречневую. Результат тебя удивит.




Сладкое.
Напитки

СЛАДКОЕ. НАПИТКИ

Вспомни детские дни рождения: чего больше всего ждут за столом дети? Волшебных слов: «Сладкое». А мы, взрослые (если уж по-честному) разве меньше любим десерты? И при виде сладостей превращаемся в тех же детей!

На этот раз наши сладости немного необычные. В главе «Тесто» мы предлагаем тебе рецепты, в которых есть «мучная» часть. А в «Сладком» главную роль играют ягоды, фрукты, сахар и воздушное безе. «Ни грамма теста» — железный аргумент для не вовремя проснувшейся «диетической» совести.

А почему бы тебе не устроить небольшое шоу на вечеринке у друзей? Для этого достаточно всего лишь в роли бармена приготовить на глазах у всех коктейль. Согревающим глинтвейном классно встретить гостей, забежавших с мороза и холода. А заводные карибские «Пина Колада», «Дайкири», испанская сангрия и американская «Кровавая Мэри» мягко поднимут настроение вечеринки до нужного градуса.

МЕРЕНГИ ОТ ЮРЫ ЛЕВИНА

Рецепт для особых случаев. Чертовски элегантен, красавчик и эстет. Прекрасно подходит на десерт, если ты готовишь для своего любимого человека ужин. Не забудь также о свечах и романтической музыке.

Тесто:
3 яичных белка,
$^3/_4$ стакана сахара

Начинка:
$^3/_4$ стакана сливок,
2 ст. л. сахара,
1 ст. л. ликера,
200 г любимых фруктов и ягод

Инвентарь:
блендер,
бумага для выпекания,
противень

Взбить охлажденные белки. Когда они превратятся в густую белую пену, добавить $^3/_4$ стакана сахара небольшими порциями и взбить в крутую пену. Застелить противень бумагой для выпечки. Ложкой выложить белковую смесь, сформировав круглые пирожные. Поставить в духовку.

Приготовить крем: взбить сливки с сахаром и ликером.

•Когда меренги испекутся, выключить огонь в духовке, открыть ее и оставить меренги остывать в духовке.

Готовые охлажденные меренги украсить кремом, фруктами и ягодами.

Фишка: вкуснее всего получится, если в сливки добавить «Бэйлис».

КАРАМЕЛЬНЫЕ ФРУКТЫ

Если ты сейчас ограничиваешь себя в калориях и мечтаешь похудеть, а организм требует сладостей — карамельные фрукты не добавят тебе лишнего веса и утолят жажду к сладкому. Приготовь этот десерт на девичник. Твои подружки, которые придерживаются диеты, оценят его вкус. А для лечебного диетического варианта можешь уменьшить количество бренди и заменить сахар фруктозой.

Главное:
4 персика,
4 яблока,
4 груши,
курага,
изюм,
инжир

Другое:
$У_2$ стакана бренди,
сахар (если есть, отлично подойдет тростниковый или карамельный)

Инвентарь:
фольга, противень

Разрезать фрукты пополам и удалить косточки. Положить на противень сердцевиной вверх. Посыпать сахаром, сбрызнуть бренди. Закрыть фольгой форму. Поставить в духовку запекаться на маленьком огне. Фламбировать, если хочеш удивить гостей.

Фишка: выбирай любые вариации из фруктов по своему вкусу.

ЩЕРБЕТ

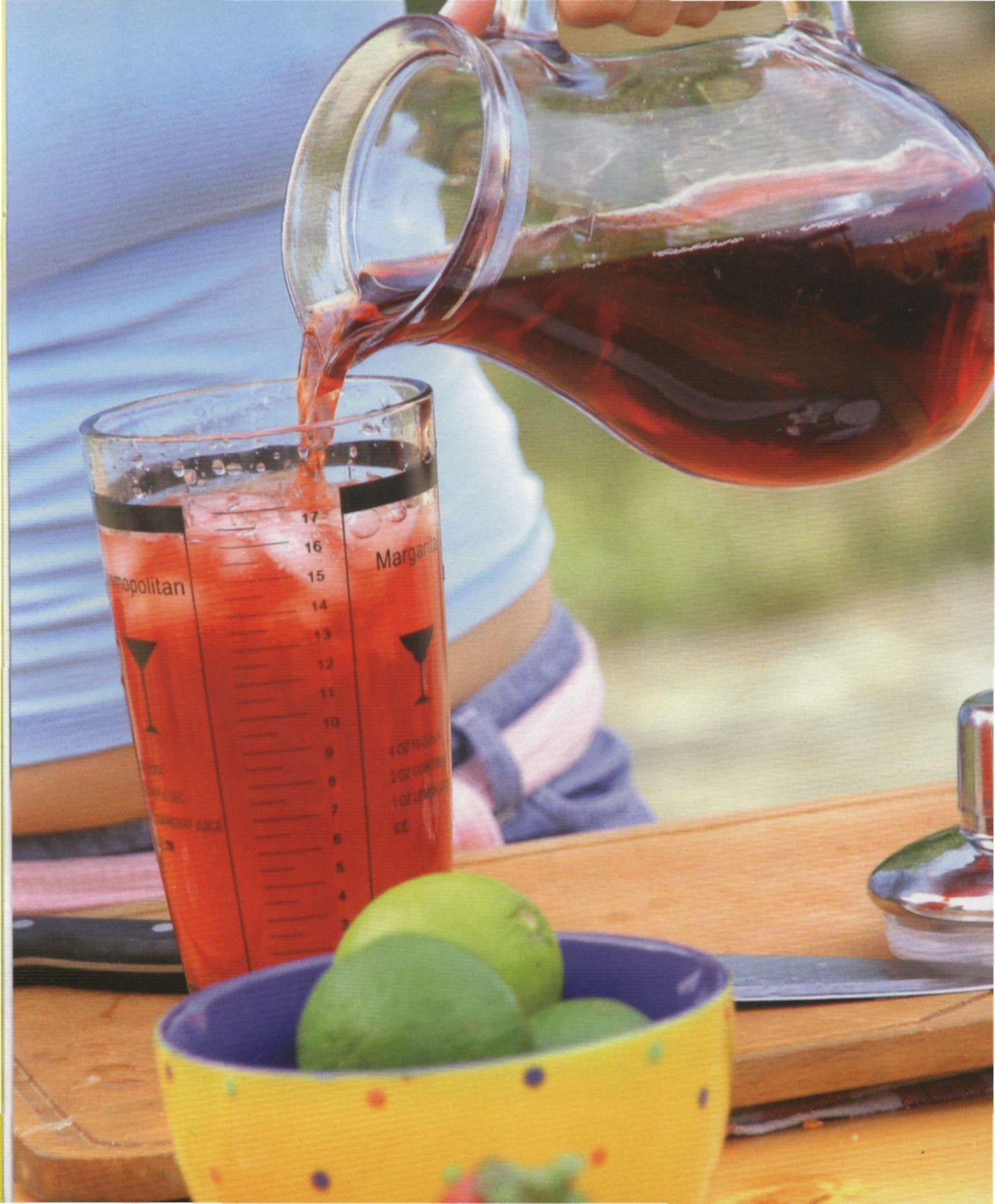
Только фрукты и сахар. Никаких вкусовых добавок, ароматизаторов, стабилизаторов и загустителей. Настоящее ароматное сердце ягоды или фрукта в сладком сиропе.

Главное:
1 кг смородины,
1 кг сахара,
мята

Инвентарь:
блендер,
сито, ступка

Смородину измельчить в блендере, перетереть ее через сито, чтобы избавиться от мелких косточек. Смешать с сахаром, помешивать, чтобы сахар растворился. Поставить в морозилку замораживаться. При подаче украсить мятным сахаром: истолочь в ступке несколько листьев мяты с ложечкой сахара и посыпать щербет.

Фишка: подавай щербет в креманках. Сделай горячей ложкой красивые шарики.


17
16
15
14
13
12
11
10
9
8
7
6
5
4

КЛУБНИЧНЫЙ ДАЙКИРИ

Бокалы и мартинки — отличная посуда для дайкири. Но остановит ли тебя то, что тебе пока не подарили такой набор, от приготовления вкуснейшего коктейля Кубы?

Мы приготовили клубничный дайкири в обычной трехлитровой банке «на всю компанию». И, скажем тебе по секрету, в бокале ты никогда не увидишь, как красиво в этом коктейле кружат ягоды клубники и кусочки льда и как от этого зрелища загораются глаза у ваших гостей.

Алкоголь:
100 мл светлого рома,
500 мл клубничного ликера

Фрукты:
2 лайма, свежая клубника

Другое:
лед

Инвентарь:
большая банка или другая глубокая емкость

В большую банку налить ром, ликер, выдавить сок из лаймов, добавить лед и ягоды клубники. Перемешать. Разлить в бокалы и украсить клубникой,

Фишка: льда в жаркий день должно быть много. Можешь заморозить не просто воду, а разные фруктовые соки. Тогда у тебя получится разноцветный фруктовый лед.

КРОВАВАЯ МЭРИ

Бармен, придумавший этот популярный коктейль, посвятил его «одной симпатичной девчонке Мэри», которая иногда захаживала в его бар. Возможно, твой любимый человек тоже посвятит тебе изобретения и открытия, которые он сделает в своей жизни… Только если вы сегодня увлеклись «Кровавой Мэри», оставьте все дела до завтра. И просто побудьте вместе.

Алкоголь:
200 мл водки

Травы и специи:
5 стеблей сельдерея,
сок 1 лимона,
соль,
перец

Другое:
7_2 л томатного сока,
соус табаско,
лед

Инвентарь:
шейкер

Выдавить сок из 3 стеблей сельдерея. Смешать в шейкере томатный сок, сок сельдерея, 2-3 капли соуса табаско, сок лимона, соль и перец.
Налить коктейль в стаканы. По ножу аккуратно влить водку. В каждый стакан добавить по стеблю сельдерея.

Фишка: можешь не смешивать все ингредиенты, а влить их аккуратно по лезвию ножа. Тогда каждый слой коктейля будет отдельно. В таком случае его надо пить до дна из рюмок.

САНГРИЯ

В жару, когда крепкие напитки неуместны, испанцы спасаются прохладной ароматной сангрией. В красное вино можно добавить разные фрукты и ягоды, любимые специи, немного настоять и наслаждаться, набросав в бокалы много льда.

Алкоголь:
1 бутылка красного вина

Ягоды и фрукты:
апельсин,
яблоко,
груша,
лесные ягоды,
ананас

Травы и специи:
сахар или мед,
гвоздика,
корица,
бадьян

Другое:
лед

Инвентарь:
большой кувшин
или банка

Нарезать фрукты кусочками. В широкую большую емкость насыпать сахар или налить мед, добавить пряности, влить вино, хорошо перемешать. Добавить кусочки фруктов и ягоды. Дать настояться несколько часов.

Фишка: не ограничивайся только красным вином. Сангрию также готовят из розового или белого вина. Можно также развести любимым соком.

ГЛИНТВЕЙН

Предрождественский рынок в Берлине невозможно себе представить без глинтвейна. Без него не обходится ни один народный праздник в Европе в зимние холода. И когда спускаешься в Карпатах с горы на лыжах, на отдыхе наслаждаешься.. . конечно же, чашкой глинтвейна. Глинтвейн отлично согревает, подлечивает и улучшает настроение. И зима кажется не такой уж длинной и холодной.

Алкоголь:
2 бутылки красного вина,
200 мл бренди

Ягоды и фрукты:
10 ягод изюма,
2 апельсина

Травы и специи:
5 ст. л. сахара
или 3 ст. л. меда,
10 бутонов гвоздики,
$У_2$ ч. л. корицы,
5 зерен кардамона

Инвентарь:
марля

Вино вылить в большую кастрюлю. Поставить на плиту нагреваться. Сделать из марли мешочек, в который положить гвоздику, корицу, изюм и кардамон. Апельсин наколоть гвоздикой.

Когда вино будет горячим (не давай ему закипеть, иначе глинтвейн безнадежно испортится!), добавить к нему сахар или мед, апельсин и мешочек с пряностями.

Прогреть вино на огне еще 5-7 минут. Снять с огня, осторожно влить бренди, накрыть крышкой и выдержать 5 минут. Вынуть мешочек с пряностями и апельсин. Подавать горячим с дольками лимона.

Фишка: можешь подарить своим друзьям наборы для глинтвейна. Для этого сделай из марли мешочки со специями и пряностями, прикрепи их с помощью разноцветной ленты или скотча к бутылкам красного вина. И подари такие «спасатели от холода» каждому гостю.

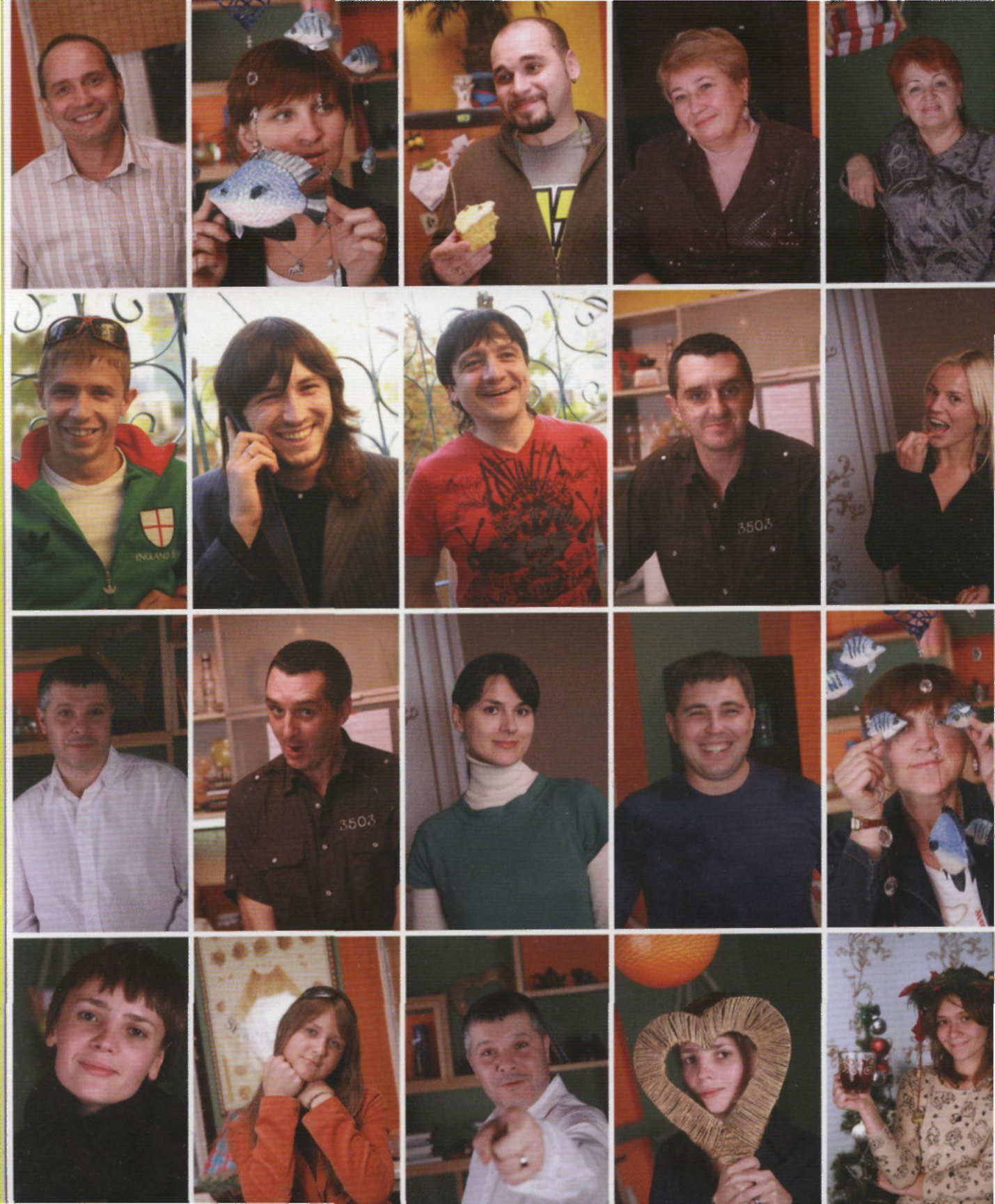
ПИНА КОЛАДА

Этот коктейль на вечеринке мы подавали в кокосовых орехах. Для этого тебе нужно проткнуть орех (если присмотреться, в нем есть три углубления, проткни острым кончиком ножа два из них), вылить сок и аккуратно через леечку залить внутрь коктейль. Осталось дополнить его соломинкой — и вперед, в карибский круиз!

Алкоголь:
белый ром,
кокосовый ликер
другое-
ананасовый сок,
много льда

Правильное соотношение в этом коктейле такое: 3 части белого рома, 2 — кокосового ликера, 5 — ананасового сока и много-много льда. Ну а ты можешь смешивать его по своему вкусу.

Фишка: чтобы градус был пониже, можешь взять вместо ликера кокосовое молоко.



ГОСТИ

Можно бесконечно говорить о том, что готовить стоит не для кого-то, а для себя. Но мы так не можем. Чего греха таить, когда остаешься один дома на пару дней, максимум, на что хватает фантазии, — омлет и чай. И это объяснимо. Те, для кого готовишь, должны тебя вдохновлять.

Гости — это самые главные судьи твоего кулинарного умения. Очень сложно готовить для тех, кого не представляешь, не видишь перед собой. Ведь в блюдо вкладываешь энергию, любовь, смысл..., а разве можно всем этим нафаршировать блюдо, если не знаешь, на кого направлена энергия, кого любишь?

Если ты начинающий кулинар, приглашай к себе в гости не очень избалованных гостей и желательно не тех, которые любят поумничать. Такие могут надолго отбить всю охоту кулинарить.

Если же ты уже «в теме», позови одного-двух близких тебе людей на рынок, чтобы они помогли подготовить тебе пир. Вечером за столом они с восторгом будут рассказывать остальным гостям о том, как профессионально ты выбираешь артишоки. И если ты научишься правильно подбирать блюда к своим гостям, успех тебе гарантирован. Да, именно подбирать (см. путеводитель).

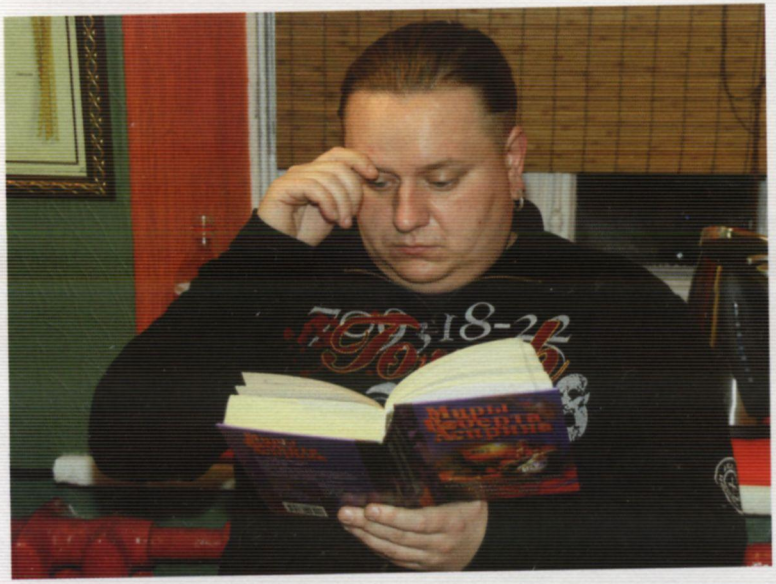
Но самое главное — атмосфера.Твое настроение, музыка, которая играет на кухне (лучше к приходу гостей выключить телик, он «антисоциальный», т. е. не способствует общению). Тут поможет твоя оригинальность. Вместо цветов в прозрачную вазу можно выложить лимоны, залить водой и сверху поставить зелень... Если готовишь карри, включи индийскую музыку, зажги пахучие палочки, распечатай маленькие менюшки для каждого, пусть знают, что ты сегодня будешь подавать, и т.д...

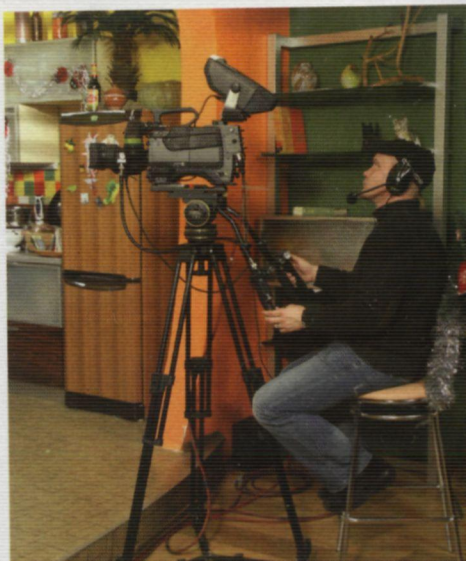
В общем, выдумывай свою атмосферу, и от гостей отбоя не будет, а ты всегда останешься вдохновленным.

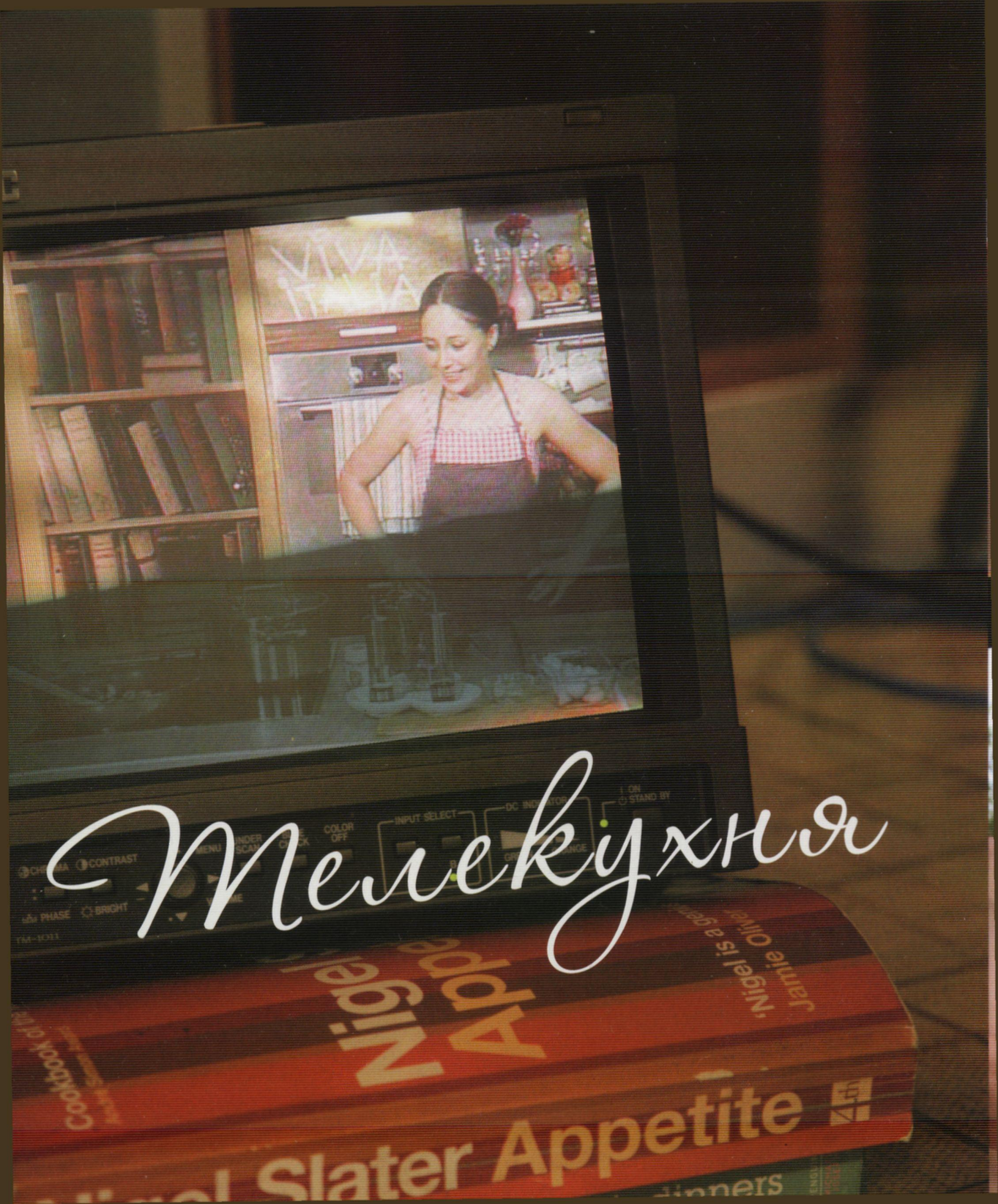
ПУТЕВОДИТЕЛЬ

Творчески подходя к рецептам нашей книги, можно составить такие комбинации блюд, которые помогут тебе приготовить эффектный обед для деловых партнеров, удивить любимого человека романтическим ужином или организовать шумную пати с друзьями. Например, для сотрудников устрой мексиканскую вечеринку с касадией, чили кон карне и гуакамоле. Им останется только *захватить* текилу

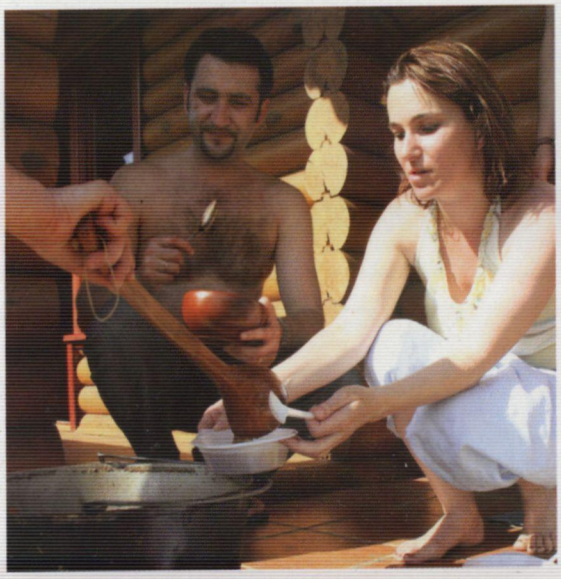
и кукурузные чипсы. Для веселого мальчишника остановись на свиной рульке в компании с апфель-кримом и картофельным пюре. Дорогие подружки оценят сибас с травами, теплый салат из фасоли и шпината и карамельные фрукты. А детки-конфетки будут уплетать за две щеки кролика с лисичками и роли-поли. И таких успешных сочетаний блюд в книге можно найти на весь кулинарный год.

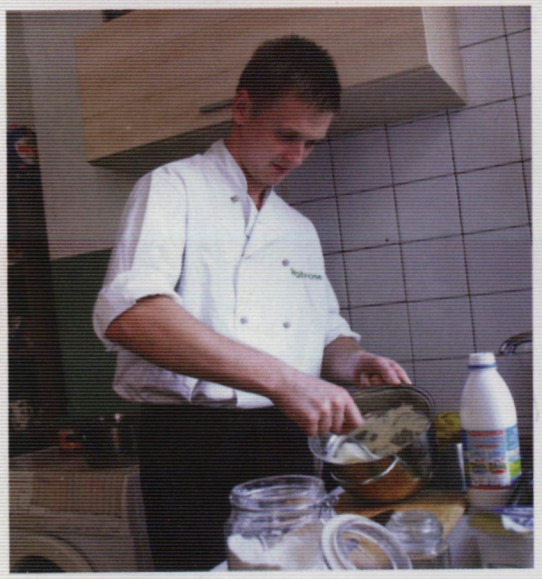


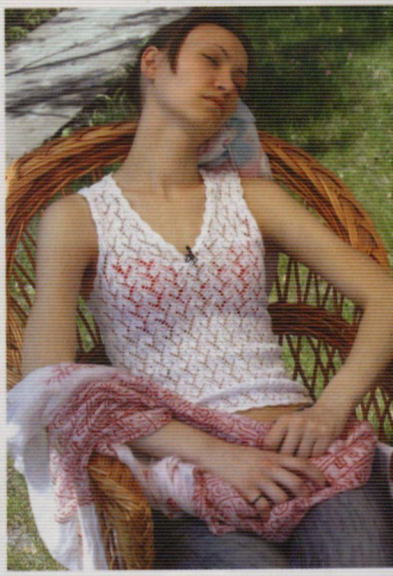


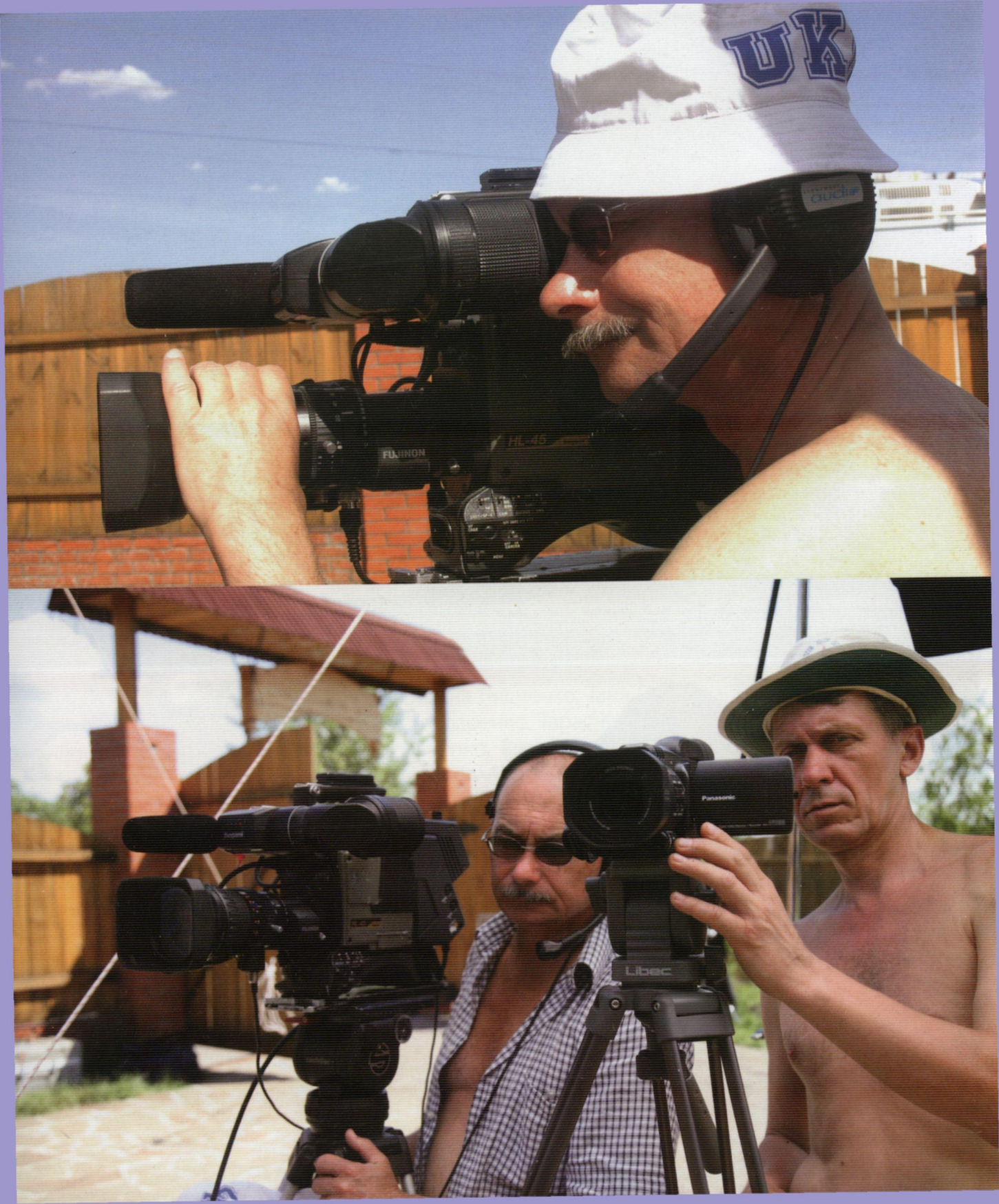

Nigel Appe
Slater Appetite
'Nigel is a gen
Jamie Oliver
Cookbook of the
CONTRAST
PHASE
BRIGHT
INPUT SELECT
COLOR OFF
ON
STAND BY

Телекухня








UK
FUJINON
Panasonic
Libec

CHICAGO

Эрик Грани, Айдер Мурадосилов, Оксана Лисненко, Таня Пушкова, Люба Стасюк, тетя Люда Филипченко, дядя Толя Бондаренко, Тарас Кузуб, Оля Пересада, Рома Ропий, Лена Овчаренко, Дима Кравченко, Витя Черкасов, Серега Ролик, Кеша (Викентий Клаунинг), Коленька Чеботарев, Андрей Оноприенко, Виктор Политов, Алексей Илличевский, Юрий Нечеса, Настенька Пяткова,Леша Мироненко, Дима Максимовский, Анатолий Миронов, Дима Мельничук, Николай Яценко, Олег Годованюк, Дима Русан, Алинка Майборода и все девчонки из команды Ани Романики, «супер-светлячки» Фреш и все-все-все на Интере, с кем мы работаем, — мы вас очень любим!

С огромным уважением благодарим наших руководителей Анну Безлюдную, Катю Шкуратову, Ирину Ионову-Пилат, Наташу Джунь, Машу Шевченко, Наталью Семенюк и нашего продюсера Чабу Бакоша.

Спасибо за все! Вы — супер!

Извините, если кого-то забыли. Обещаем компенсировать это книгой, подаренной лично каждому.:)

«В МЫЛЕ»

Как бы тебе ни хотелось услышать наши оды посудомоечной машине, мы вынуждены тебя разочаровать: мы любим мыть посуду! Потому что в этом есть что-то завершающее, успокаивающее и расслабляющее.

Возможно, расслабляться приходится пока не тебе, а твоим любимым людям, которые либо в гостиной бурно обсуждают последний нашумевший фильм, либо тихонько посапывают на диване, укрытые пледом.

Если ты вдруг почувствовал, что с каждой вымытой тарелкой у тебя портится настроение, обрати внимание на то, какое наслаждение ты доставил им этим вечером. Обычно такой формулы достаточно для вдохновения. Но если это 365 серия мыльной оперы, попробуй другую формулу — не отказывайся от помощи. Мы точно знаем, что тебе ее на кухне предлагали, и неоднократно. Возможно, это был не вопрос: «Может быть, я помою?», а вежливый жест. Но поскольку ты тоже очень вежливый человек, позволь своим близким сделать тебе приятно. В любом случае, легкая разминка на кухне полезна всем — и хозяевам, и гостям.

Но если честно, когда ты на кухне — готовишь ужин, моешь посуду, занимаешься любовью, — действует только одна формула: советуем делать ровно столько, сколько в удовольствие тебе самому. Один грамм меньше — будешь недоволен собой, один грамм больше — останешься недоволен другими. Пропорции у каждого свои. И решать только тебе.

ЗАМЕТКИ

Бланшировать — проварить в воде 3–5 минут.

Фламбировать — полить блюда крепким алкогольным напитком (коньяк, ром) и поджечь.

Фьюжн — направление в кулинарии, где смешивают на первый взгляд совершенно разные и несочетаемые продукты.

АЛФАВИТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ

А

авокадо 119
ананас 9,215
апельсин 41,49,72,215,216
арбуз 115

Б

бадьян 215
базилик 87,93,125,137, 144,154
баклажан 87
банан 41
беби-моцарелла 125
бекон 20,45,61,64, 77,96,111, 125,130,144,195
белая рыба 102
брокколи 96,144,158,195
тимьян 64
бумага для выпекания 18,172, 192,195,205

В

ванильный сахар 36,175
виноградные листья 87
вишня 36,53
водка 212

Г

гвоздика 82,215
голяшка свиная 68
горчица 123,172
грецкие орехи 87
груша 36,39,189,206,215

д

домашняя колбаса 67
душистый перец 68
дыня 36,39

З

заварной крем 186
зеленый лук 172

И

изюм 36,175,186,206,216
индюшка 64
инжир 36,184,206

Й

йогурт 32,41,47,82,102
йогуртовая закваска 47

К

кабачки 137
кайенский перец172
какао 20,54
кальмары 105
камбала 98
капуста
брюссельская 163
карась 142
кардамон 49,82,216
картофель 67,85,100,102,142, 144, 158, 165, 167, 172
кексы 184,186
кефир 102
кинза 82,113, 161
клубника 61,205,210,21.1
клюква 154
кольраби 142
корень имбиря 72,82,102
кориандр 72,82,119
корица 49,53,54,74,85,177,184, 215,216
корнишоны 116
красная фасоль 74
креветки 71, 72,100,105,165
кролик 79
кунжут 53,113
курага 36,87,206
куриная печень 64
куркума 102

Л

лаваш 45,129
лавровый лист 68, 74,123,149
лайм 72,82,211
лесные ягоды 53,215
ликер кокосовый 219
ликер 205,211,219
ликер клубничный 211
лимон 23,42, 72, 87, 93, 98, 105, 116,119,123,154,184, 212,216
лисички 79
лосось 42,96
лук 61, 64,67,68, 72, 74, 79, 82, 85, 87, 105, 113, 119, 127, 129, 130,139,142,144,147,152, 165,172
лук-порей 85

М

мадера 139
майоран 61
мак 42,184
маслины 115
маффины 183,184
мед 36,47, 53,68, 72,152,177, 215,216
мидии 100,105
миндаль 96,177
минтай 100
мускатный орех 64, 152
молотый кофе 49

морепродукты 100,105
морковь 68, 79,85,120,142,144, 149,163
морская рыба 105
моцарелла 125,181
мята 41,61,82,87,96,102, 147,209

н

ножки куриные 72

О

овсяные хлопья 36
огурец 39,113
орегано 74,125,144

П

пажитник 82
паприка 67,105,142,152
пармезан 98,144,154
пастернак 163
перепелки 61
перец чили 45,72,82,102,142,154
персик 206
петрушка 61,64,79,98
петух 149

помидор 74,105,119,125,147

Р

разрыхлитель 172
редис 50
репка 163
рис 105,195
рисовая бумага 53
розмарин 20,68,93,125,130,144
ром белый 219
рома светлый 211
рыба 100,102,105
рябина 192

С

сало 142
сахар 36,49,53,149,154,175,177, 186,192, 205, 206,209,215, 216
свекла 50,163
свинина 64
сельдь 127
сельдерей 50,68,98,142,144, 149,163,212
сибас 93
скумбрия 116
сливки 116,130,137,175, 186,205
слоеное тесто 189
смесь сухих трав 165
смесь сухофруктов 36
сметана 67,79,119,152,165, 167,177,195
смородина 209
соя 113
сом 142
сосиски охотничьи 165
соус соевый 113,152
соустабаско 119,212
спагетти 144
сыр 85,120,129,130,139,165, 172,181,195

Т

творог 116,137,184
телятина 82,85
телячья печень 77
темное пиво 68
тимЬян 61,82,85,93, 96,172
тмин 74,82,172
томатный сок 74,147
томатная паста 87
топинамбур 163
тосты 42,120,137,139, 147,175

У

укроп 42,87,93,123, 127,163
уксус 79,100,147,165

Ф

фарш 74,85,87
фасоль 74,113,129,144, 161,195
фенхель 82,158
фета 115
филе куриное 105
финики 36
фисташки 177
форель 96

Х

хек 100
хлеб 64,96,175
хмели-сунели 77

ц

цедра апельсина 49,54
цедра лимона 23,184
цукини 125,144

ч

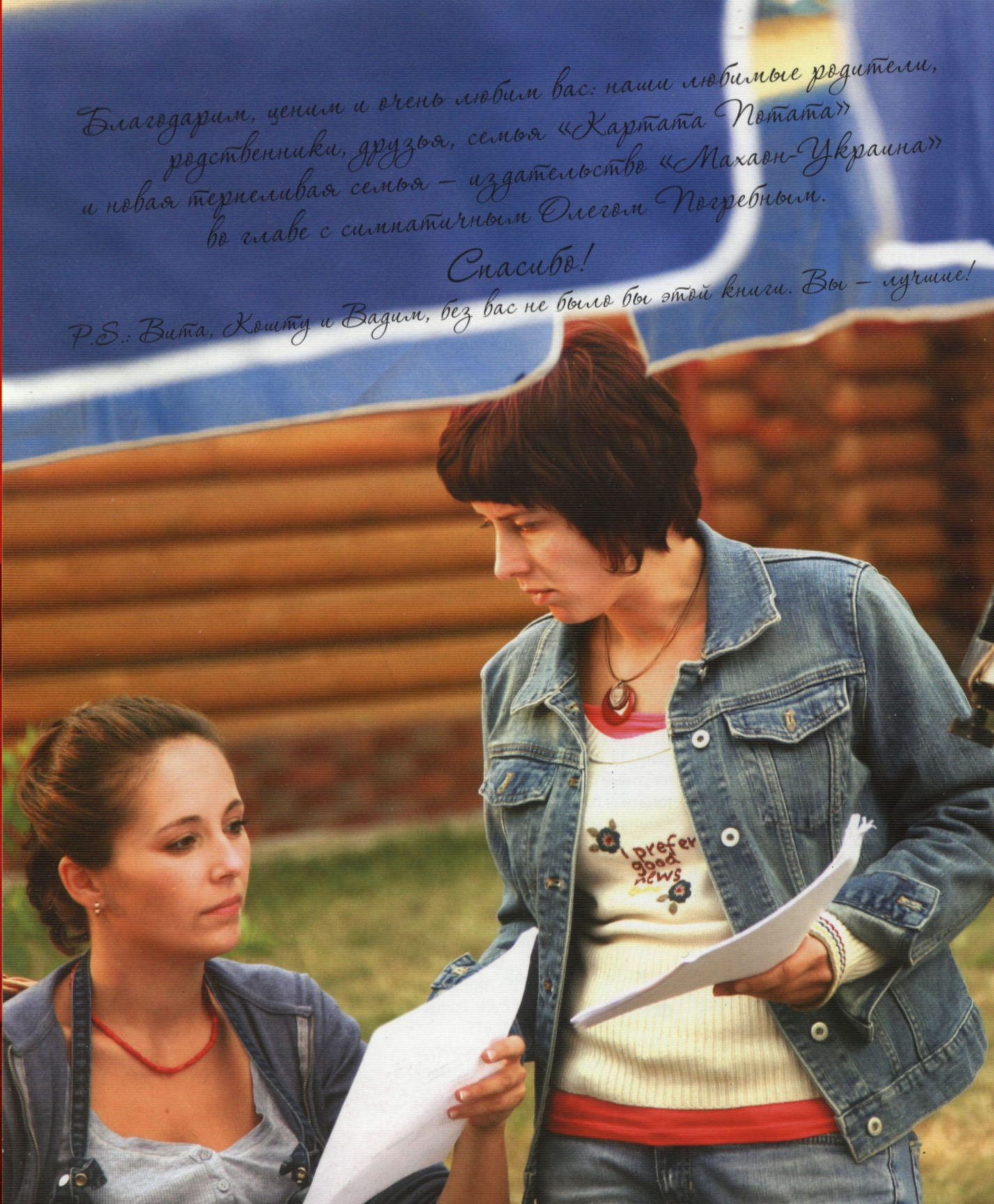
чернослив 87
чеснок 18,20,68,72,74,79, 82,96,102,105,123, 137,139,144,147, 154,167
чили перец 45, 72,82,102, 142,154

ш

шалфей 64
шафран 68,105
шейки раковые 123
шнитт-лук 123
шоколад белый 184
шоколад черный 54
шоколад 54,184
шпинат 161

Я

яблоко 50,64,87,152,184, 206,215
ягоды клубники 61,210,211
яйца 23,45,67,100,123,149,167, 172,175,177,181,184,192, 195,198



Благодарим, ценим и очень любим вас: наши любимые родители, родственники, друзья, семья «Картата Потата» и новая терпеливая семья – издательство «Махаон-Украина» во главе с симпатичным Олегом Погребным.

Спасибо!

P.S.: Вита, Хошту и Вадим, без вас не было бы этой книги. Вы – лучшие!